Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Ministère de l'emploi
et de la solidarité

Direction de l'animation de la recherche,
des études et des statistiques

Direction des relations du travail
Inspection médicale du travail

SUMER 2002
Votre opinion sur votre situation de travail

Identification du questionnaire :	Identification du salarié :
Questionnaire N°	Sexe ☐
Date de l'enquête : (jour, mois, année) ☐☐ ☐☐ ☐☐☐☐	Année de naissance ☐☐☐☐

⚠
- Ce questionnaire a pour but de recueillir ce que vous ressentez au sujet de votre travail.
- Pour assurer la qualité des résultats, nous avons besoin que vous répondiez à toutes les questions.
- Vous pouvez le remettre au médecin ouvert ou sous enveloppe cachetée.

Questionnaire de Karasek (questions de 1 à 26)

Cochez la case qui correspond le mieux à votre réponse

1. Dans mon travail, je dois apprendre des choses nouvelles

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

2. Dans mon travail, j'effectue des tâches répétitives

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

3. Mon travail me demande d'être créatif

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

4. Mon travail me permet souvent de prendre des décisions moi-même

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

5. Mon travail demande un haut niveau de compétence

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

6. Dans ma tâche, j'ai très peu de liberté pour décider comment je fais mon travail

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

7. Dans mon travail, j'ai des activités variées

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

8. J'ai la possibilité d'influencer le déroulement de mon travail

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

9. J'ai l'occasion de développer mes compétences professionnelles

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

10. Mon travail demande de travailler très vite

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

11. Mon travail demande de travailler intensément

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

12. On me demande d'effectuer une quantité de travail excessive

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

13. Je dispose du temps nécessaire pour exécuter correctement mon travail

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

14. Je reçois des ordres contradictoires de la part d'autres personnes

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

15. Mon travail nécessite de longues périodes de concentration intense

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

16. Mes tâches sont souvent interrompues avant d'être achevées, nécessitant de les reprendre plus tard

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

17. Mon travail est très « bousculé »

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

18. Attendre le travail de collègues ou d'autres départements ralentit souvent mon propre travail

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

19. Mon supérieur se sent concerné par le bien être de ses subordonnés

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

20. Mon supérieur prête attention à ce que je dis

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

21. Mon supérieur m'aide à mener ma tâche à bien

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

22. Mon supérieur réussit facilement à faire collaborer ses subordonnés

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

23. Les collègues avec qui je travaille sont des gens professionnellement compétents

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

24. Les collègues avec qui je travaille me manifestent de l'intérêt

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

25. Les collègues avec qui je travaille sont amicaux

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

26. Les collègues avec qui je travaille m'aident à mener les tâches à bien

Pas du tout d'accord ..... ☐ Pas d'accord ..... ☐ D'accord ..... ☐ Tout à fait d'accord ..... ☐

- LE QUESTIONNAIRE DE KARASEK

Il postule qu'une situation de travail est génératrice de stress si elle associe :

- une ***demande psychologique élevée***,
- une ***autonomie décisionnelle faible***
- un ***soutien social faible*** de la part de l'équipe de travail ou de la hiérarchie

La ***demande psychologique*** fait référence à la quantité de travail à accomplir, de même qu'aux exigences mentales et aux contraintes de temps liées au travail.

L'***autonomie décisionnelle*** renvoie à la capacité de prendre des décisions dans la conduite de son travail mais surtout à la possibilité d'être créatif et d'utiliser et de développer ses compétences.
La combinaison d'une faible autonomie et d'une forte demande psychologique est appelée « **Tension au travail** » (job strain).
La troisième dimension (***soutien social***) intervient comme un modulateur qui tempère ou accentue la tension au travail.

La version française la plus intéressante (26 items) de ce test est celle utilisée dans l'enquête SUMER 2002 tant pour la formulation des questions que pour les perspectives de comparaison avec la population française. http://www.travail-solidarite.gouv.fr/IMG/pdf/Qsumer021.pdf

La « **Tension au travail** » telle qu'elle est définie par le modèle de KARASEK est associée aux maladies cardiovasculaires et aux Troubles Musculo-squelettiques (TMS) mais aussi à des problèmes de santé mentale (dépression, détresse psychologique, épuisement professionnel, consommation accrue de médicaments à visée psycho-active, risque accru d'isolement social) comme c'est démontré par plusieurs enquêtes épidémiologiques.

Plusieurs enquêtes (SUMER, GAZEL …) soulignent un lien étroit entre les catégories socioprofessionnelles et les facteurs psychosociaux au travail analysées avec le questionnaire de Karasek, les catégories les moins qualifiées

En croisant autonomie et demande, on définit 4 grandes catégories :

travail détendu (faible demande, grande autonomie)
travail passif (faible demande, faible autonomie)
travail actif, (forte demande, grande autonomie)
travail stressé (forte demande, faible autonomie).

CALCUL DES SCORES

demande psychologique

q10 + q11 + q12 + (5 – q13) + q14 + q15 + q16 + q17 +q18

latitude décisionnelle

(q1 + (5-q2) + q3+ q7 + q9) x 2 + (q4 + (5 – q6) + q8) x 4

soutien social au travail

hiérarchie : **q19 + q20 + q21 + q22**

collègues : **q23 + q24 + q25 + q26**

L'utilisation du KARASEK est gratuite pour les études comportant moins de 750 sujets. Elle doit cependant faire l'objet d'un contrat avec l'auteur.

Exemple d'utilisation du KARASEK

On peut :

5.1 - Comparer les scores entre eux selon les métiers, les postes, les services, les groupes….

5.2 - Comparer les scores obtenus par rapport à une population générale de référence (voir résultats de l'enquête SUMER, au niveau national, régional….)

5.3 - Utiliser les réponses à une question prise isolement

Par exemple, 49 % des agents techniques ne sont pas d'accord avec la proposition suivante : « j'ai la liberté de décider comment je fais mon travail » contre 21 % des commerciaux et 32 % dans la fonction ressources humaines. Ces éléments peuvent permettre la mise en débat des conditions de travail (au cours d'une présentation au CHSCT par exemple).

5.4 - Confronter les scores du Karasek (facteurs de risques de stress) avec un test de stress ou un test santé.

En procédant ainsi on interroge les trois dimensions de la problématique : les facteurs de stress selon le modèle de KARASEK, le stress ressenti et ses conséquences éventuelles sur la santé.

Evaluation de l'anxiété et de la dépression
HOSPITAL ANXIETY AND DEPRESSION SCALE (HAD)

Référence : Zigmond AS, Snaith RP. The hospital anxiety and depression scale. Acta Psychiatrica Scandinavica 1983 ;67 :361-70

Ce questionnaire a été conçu de façon à permettre à votre médecin de se familiariser avec ce que vous éprouvez vous-même sur le plan émotif. Lisez chaque série de questions et entourez le chiffre correspondant à la réponse qui exprime le mieux ce que vous avez éprouvé au cours de la semaine qui vient de s'écouler.
Ne vous attardez pas sur la réponse à faire : votre réaction immédiate à chaque question fournira probablement une meilleure indication de ce que vous éprouvez qu'une réponse longuement méditée.

(1-A) Je me sens tendu(e) ou énervé(e) :

3 La plupart du temps
2 Souvent
1 De temps en temps
0 Jamais

(2-D) Je prends plaisir aux même choses qu'autrefois :

0 Oui, tout autant qu'avant
1 Pas autant
2 Un peu seulement
3 Presque plus

(3-A) J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver :

3 Oui, très nettement
2 Oui, mais ce n'est pas trop grave
1 Un peu, mais cela ne m'inquiète pas
0 Pas du tout

(4-D) Je ris et vois le bon côté des choses :

0 Autant que par le passé
1 Plus autant qu'avant
2 Vraiment moins qu'avant
3 Plus du tout

(5-A) Je me fais du souci :

3 Très souvent
2 Assez souvent
1 Occasionnellement
0 Très occasionnellement

(6-D) Je suis de bonne humeur :

3 Jamais
2 Rarement
1 Assez souvent
0 La plupart du temps

(7-A) Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e) :

0 Oui, quoi qu'il arrive
1 Oui, en général
2 Rarement
3 Jamais

(8-D) J'ai l'impression de fonctionner au ralenti :

3 Presque toujours
2 Très souvent
1 Parfois
0 Jamais

(9-A) J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué :

0 Jamais
1 Parfois
2 Assez souvent
3 Très souvent

(10-D) Je ne m'interresse plus à mon apparence :

3 Plus du tout
2 Je n'y accorde pas autant d'attention que je ne devrais
1 Il se peut que je n'y fasse plus autant attention
0 J'y prête autant d'attention que par le passé

(11-A) J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place :

3 Oui, c'est tout à fait le cas
2 Un peu
1 Pas tellement
0 Pas du tout

(12-D) Je me réjouis à l'idée de faire certaines choses :

0 Autant qu'avant
1 Un peu moins qu'avant
2 Bien moins qu'avant
3 Presque jamais

(13-A) J'éprouve des sensations soudaines de panique :

3 Vraiment très souvent
2 Assez souvent
1 Pas très souvent
0 Jamais

(14-D) Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission de télévision :

0 Souvent
1 Parfois
2 Rarement
3 Très rarement

SCORE (à remplir par le médecin)

Somme du sous score A (1+3+5+7+9+11+13)

Somme du sous score D (2+4+6+8+10+12+14)

Somme totale des deux sous scores

EXPLOITATION DU HADS

le HADS (Hospital Anxiety Depression Scale) en 14 items explore l'anxiété (7items) et la dépression (7items)

ANXIETE (total des questions 1,3,5,7,9,11,13)

Si le total des points est inférieur à 8 (33%) vous n'êtes pas du tout anxieux (se)
Si le total des points est de 8 à 10 vous avez une tendance anxieuse
Si le total des points est égal ou supérieur à 11 (51%) vous avez une anxiété confirmée

DEPRESSION (total des questions 2,4,6,8,10,12,14)

Si le total des points est inférieur à 8 (33%) vous n'êtes pas du tout déprimé(e)
Si le total des points est de 8 à 10 vous avez une tendance dépressive
Si le total des points est égal ou supérieur à 11 (51%) vous avez une dépression confirmée

ANXIO-DEPRESSION (total de toutes les questions)

Si le total des points est inférieur à 14 (33%) vous n'avez aucun trouble de l'humeur
Si le total des points est de 14 à 18 vous avez une tendance anxio-dépressive
Si le total des points est égal ou supérieur à 19 (45%) vous avez un état anxio-dépressif

Questionnaire de SIEGRIST (version française validée)

Les questions des deux pages suivantes concernent votre travail.
Indiquez si vous êtes d'accord ou non avec chacune des phrases, en cochant la case correspondante. Si vous cochez la case en face de la flèche➔, alors indiquez aussi dans quelle mesure vous êtes en général perturbé(e) par cette situation, en entourant le chiffre qui correspond le mieux à votre réponse (1 = je ne suis pas du tout perturbé(e), 2 = je suis un peu perturbé(e), 3 = je suis perturbé(e), 4 = je suis très perturbé(e)
Merci de répondre à toutes les questions.

S1 – Je suis constamment pressé(e) par le temps à cause d'une forte charge de travail	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S2 – Je suis fréquemment interrompu(e) et dérangé(e) dans mon travail	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S3 – J'ai beaucoup de responsabilités à mon travail	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S4 – Je suis souvent contraint(e) à faire des heures supplémentaires	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S5 – Mon travail exige des efforts physiques	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S6 – Au cours des dernières années, mon travail est devenu plus exigeant	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S7 – Je reçois le respect que je mérite de mes supérieurs	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S8 – Je reçois le respect que je mérite de mes collègues	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S9 – Au travail, je bénéficie d'un soutien satisfaisant dans les situations difficiles	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S10 – On me traite injustement à mon travail	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S11 – Je suis en tain de vivre une période ou je m'attends à vivre un changement indésirable dans ma situation de travail	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S12 – Mes perspectives de promotion sont faibles	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S13 – Ma sécurité d'emploi est menacée	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S14 – Ma position professionnelle actuelle correspond bien à ma formation	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S15 – Vu tous mes efforts, je reçois le respect et l'estime que je mérite à mon travail	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S16 – Vu tous mes efforts, mes perspectives de promotion sont satisfaisantes	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4
S17 – Vu tous les efforts, mon salaire est satisfaisant	pas d'accord ☐ ➔ d'accord ☐	1	2	3	4

Pour cette page, indiquez dans quelle mesure vous êtes d'accord avec chacune des phrases, en entourant le chiffre qui correspond le mieux à votre réponse (1 = pas du tout d'accord, 2 = pas d'accord, 3 = d'accord, 4 = tout à fait d'accord)

S18 – La plupart du temps, je prends les critiques très à coeur	1	2	3	4
S19 – Je suis souvent motivé(e) par l'ambition	1	2	3	4
S20 – La moindre interruption dans mon travail m'agace beaucoup	1	2	3	4
S21 – Si quelque chose doit être bien fait, il vaux mieux que je le fasse moi-même	1	2	3	4
S22 – J' aime prouver que certaines personnes ont tort	1	2	3	4
S23 – Etre toujours un peu meilleur ou plus rapide que les autres est une sorte de jeu pour moi	1	2	3	4
S24 – Je peux vraiment m'énerver lorsque quelqu'un m'empêche de faire ce que je suis sensé(e) faire	1	2	3	4
S25 – Les autres font que je n'énerve plus souvent que je le voudrais	1	2	3	4
S26 – Au travail, il m'arrive fréquemment d'être pressé(e) par le temps	1	2	3	4
S27 – Je commence à penser à des problèmes de travail dès que je me lève le matin	1	2	3	4
S28 – Je suis irrité(e) lorsque je ne parviens pas à accomplir au mieux une tâche	1	2	3	4
S29 – Je ne laisse personne faire mon travail	1	2	3	4
S30 – Je suis particulièrement déçu(e) lorsque mon travail n'est pas apprécié à sa juste valeur	1	2	3	4
S31 – Lorsqu'une personne ne comprend pas assez vite, je peux m'emporter	1	2	3	4
S32 – Quand je rentre à la maison, j'arrive facilement à me décontracter et à oublier tout ce qui concerne mon travail	1	2	3	4
S33 – Mes proches disent que je me sacrifie trop pour mon travail	1	2	3	4
S34 – Je n'ai le sentiment d'avoir réussi que lorsque j'ai accompli ma tâche mieux que je ne pensais faire	1	2	3	4
S35 – Les gens ont confiance dans ma capacité à mener à bien les tâches difficiles	1	2	3	4
S36 – Je mobilise toute mon énergie pour toujours avoir le contrôle de la situation	1	2	3	4
S37 – Pour moi, la famille ou ma vie privée passent toujours avant le travail	1	2	3	4
S38 – Cela me met en rage lorsqu'un collègue remet en question mes compétences	1	2	3	4
S39 – Cela ne me gêne pas d'être interrompu(e) dans mes tâches quotidiennes	1	2	3	4
S40 – Je veux toujours faire plus de choses que je ne peux en accomplir	1	2	3	4
S41 – Le travail me trotte encore dans la tête lorsque je vais au lit	1	2	3	4
S42 – Le moindre complément stimule vraiment ma motivation	1	2	3	4
S43 – Je ne me sens pas irrité(e) quand d'autres font mieux que moi	1	2	3	4
S44 – De temps en temps, j'aime quand d'autres me détournent de mon travail	1	2	3	4
S45 – En pensée, je suis déjà prêt(e) à accomplir ma prochaine tâche	1	2	3	4
S46 – Quand je remets à plus tard quelque chose que je devrais faire le jour même, j'ai du mal à dormir le soir	1	2	3	4

Codage des réponses

Premier codage des réponses :

Réponse d'accord ou pas d'accord (selon le sens de la question) sans commentaire ➔ 1
Réponse « je ne suis pas du tout perturbé » ➔ 1
Réponse « je suis un peu perturbé » ➔ 2
Réponse « je suis perturbé » ➔ 3
Réponse « je suis très perturbé » ➔ 4

Second codage :

Le calcul recommandé fait appel à un recodage des items, les réponses « je suis perturbé » et « je suis très perturbé » sont recodées « 2 », les autres modalités étant recodées « 1 »

Exemple : question « Je suis constamment pressé par le temps à cause d'une forte charge de travail »

Réponse à la question	Codage 1	Codage 2
Pas d'accord	1	1
D'accord, je ne suis pas du tout perturbé	1	1
D'accord, je suis peu perturbé	2	1
D'accord, je suis perturbé	3	2
D'accord, je suis très perturbé	4	2

Calcul des scores après recodage :

Efforts extrinsèques : S1 + S2 + S3 + S4 + S5 + S6
Récompenses : S7 + S8 + S9 + ...+ S17

plus les scores sont élevés, plus les efforts sont élevés et les récompenses faibles.

Calcul du rapport efforts/récompenses (après inversion du score des récompenses) :

$$R = \frac{11}{6} \times \frac{\text{Efforts extrinsèques}}{\text{récompenses}}$$

Un rapport supérieur à 1 indique un déséquilibre entre les efforts extrinsèques et les récompenses

Bibliographie :

I. Niedhammer, J. Siegrist. Facteurs psychosociaux au travail et maladies cardio-vasculaires : l'apport du modèle Déséquilibre Efforts/Récompenses. Rev. Epidem. Et Santé Publ. , 1998, 46, 398-410.

I. Niedhammer, J. Siegrist. M.F. Landre, M; Goldberg, A.Leclerc. Etude des qualités psychométriques de la version française du modèle Déséquilibre Efforts/Récompenses. Rev. Epidem. Et Santé Publ. , 2000, 48, 419-437.

Nom ou N° de dossier :_____

Date : _____

GHQ 12

Toutes les questions suivantes concernent votre état de santé actuel ou récent.
Les 12 questions suivantes peuvent vous surprendre dans leurs formulations, mais elles font partie d'un **questionnaire international étalonné et validé**, le General Health Questionary dans sa version française de 12 items (GHQ12).
Il est important de répondre **A TOUTES LES QUESTIONS** en cochant la réponse qui vous semble le mieux correspondre à ce que vous **ressentez actuellement**, ***GLOBALEMENT ET DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS, TANT DANS LA VIE PRIVEE QU'AU TRAVAIL.*** (Ce questionnaire ne porte donc pas sur le stress au travail, mais sur votre état général).

CES DERNIERS TEMPS :

1. **Avez-vous pu vous concentrer sur ce que vous faisiez ?**
   - O **1**. Mieux que d'habitude.
   - O **2**. Comme d'habitude.
   - O **3**. Moins que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup moins que d'habitude.

2. **Vos soucis vous ont-ils empêché de dormir ?**
   - O **1**. Pas du tout.
   - O **2**. Pas plus que d'habitude.
   - O **3**. Plutôt plus que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup plus que d'habitude.

3. **Avez-vous eu le sentiment de jouer un rôle utile ?**
   - O **1**. Plutôt plus que d'habitude.
   - O **2**. Comme d'habitude.
   - O **3**. Moins utile que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup moins utile.

4. **Vous êtes vous senti capable de prendre des décisions ?**
   - O **1**. Plutôt plus que d'habitude.
   - O **2**. Comme d'habitude.
   - O **3**. Plutôt moins que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup moins capable.
5. **Vous êtes vous senti constamment sous pression ?**
   - O **1**. Pas du tout.
   - O **2**. Pas plus que d'habitude.
   - O **3**. Un peu plus que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup plus que d'habitude.

6. **Avez-vous senti que vous ne pouviez pas surmonter vos difficultés ?**
   - O **1**. Pas du tout.
   - O **2**. Pas plus que d'habitude.
   - O **3**. Un peu plus que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup plus que d'habitude.

7. **Avez-vous pu prendre plaisir à vos activités quotidiennes ?**
   - O **1**. Plutôt plus que d'habitude.
   - O **2**. Comme d'habitude.
   - O **3**. Plutôt moins que d'habitude.
   - O **4**. Beaucoup moins que d'habitude.

Tourner S.V.P. ⇨

8. **Avez-vous pu faire face à vos problèmes ?**
    - O **1**. Plutôt plus que d'habitude.
    - O **2**. Comme d'habitude.
    - O **3**. Moins capable que d'habitude.
    - O **4**. Beaucoup moins capable.

9. **Vous êtes-vous senti malheureux, déprimé ?**
    - O **1**. Pas du tout.
    - O **2**. Pas plus que d'habitude.
    - O **3**. Un peu plus que d'habitude.
    - O **4**. Beaucoup plus que d'habitude.

10. **Avez-vous perdu confiance en vous ?**
    - O **1**. Pas du tout.
    - O **2**. Pas plus que d'habitude.
    - O **3**. Un peu plus que d'habitude.
    - O **4**. Beaucoup plus que d'habitude.

11. **Avez-vous pensé que vous ne valez rien ?**
    - O **1**. Pas du tout.
    - O **2**. Pas plus que d'habitude.
    - O **3**. Un peu plus que d'habitude.
    - O **4**. Beaucoup plus que d'habitude.

12. **Vous êtes-vous senti relativement heureux dans l'ensemble ?**
    - O **1**. Plutôt plus que d'habitude.
    - O **2**. A peu près comme d'habitude.
    - O **3**. Plutôt moins que d'habitude.
    - O **4**. Beaucoup moins que d'habitude.

CALCUL DES SCORES

Les valeurs 1 et 2 sont recodées en 0
Les valeurs 3 et 4 sont recodées en 1

Un score supérieur ou égal à 2 correspondrait à un trouble psychiatrique

La mesure de stress psychologique en recherche de première ligne

Concept, modèle et mesure

Louise Lemyre, PHD Réjean Tessier, PHD

Depuis son introduction par Selye, le terme «stress» a pénétré le langage familier, traduisant un état de tension souvent vu comme lié à la vie moderne. Dans un contexte de soins de première ligne, une définition intégrée dans un modèle conceptuel et opérationnalisée par un instrument de mesure validé permettrait une utilisation plus judicieuse de ce concept parfois controversé. Cet article vise à outiller les chercheurs en soins de première ligne avec un concept, un modèle et une mesure de stress psychologique adaptés à leur contexte et à leurs besoins.

Le concept de stress

Le concept de stress psychologique concerne l'état de tension, de préoccupation ou d'activation rapporté par une multitude de gens. Parfois extrême, parfois tonique, il s'agit d'une notion qui suit une distribution normale et est considérée comme un facteur de vulnérabilité dans le développement de pathologies diverses, physiques et mentales. Il se distingue cependant des notions de détresse ou de psychopathologie, elles, dysfonctionnelles et morbides.

Trop souvent, pour évaluer le stress, les chercheurs et praticiens utilisent des mesures psychiatriques cliniques (entrevues diagnostiques de santé mentale telles que le Present State Examination, questionnaires de détresse psychologique tels que le Brief Symptom Inventory ou le Beck Depression Inventory) conçues pour des troubles pathologiques et validées auprès de populations cliniques dysfonctionnelles. Leurs distributions statistiques sont non-normales et ils sont peu sensibles sous le seuil critique diagnostique. Le concept de stress réfère plutôt à un ensemble de manifestations affectives, cognitives, somatiques et comportementales se situant à l'intérieur de l'intégrité fonctionnelle.

Le modèle du stress

Le cadre théorique général que nous avons développé relève d'un modèle bio-psycho-social du stress, qui intègre les paramètres de l'environnement et les processus individuels de perception et de gestion des stresseurs. Développé à l'extérieur du champ des pathologies, il se prête très bien à l'étude du stress psychologique en contexte de soins de première ligne et en recherche de santé populationnelle. L'état de stress dépend de l'interaction entre l'environnement et sa représentation. De celui-ci peut s'ensuivre la maladie physique ou mentale par l'entremise de médiateurs neuro-endo-immunitaires et selon diverses vulnérabilités structurales ou fonctionnelles. Des désordres ne se manifesteront qu'en situation particulière d'intensité ou de durée du stress, voire d'autres processus pathogènes. Le stress psychologique constitue donc un construit charnière associé à la fois à des phénomènes psychologiques et à des paramètres factuels.

La mesure du stress psychologique

Dans nos études qualitatives, le concept de stress est reconnu d'emblée comme un construit cible dans le processus d'adaptation aux événements et circonstances de vie; il apparaît socialement acceptable. C'est pourquoi il mérite une mesure validée spécifiquement au niveau du concept, qui soit fiable, sensible, facile d'administration et économique.

La mesure du stress psychologique (MSP) a été conçue à partir de 49 items parmi l'ensemble des descripteurs générés par des groupes de discussion sur le concept de stress.[1] La validité de contenu est ensuite appuyée par

une analyse quantitative des items choisis comme étant les meilleurs indicateurs de cet état de tension. Puis des analyses de consistance interne retenant les indicateurs dont les corrélations inter-items et item-total se situent entre .35 et .85, offrent un a de Cronbach autour de .95 et démontrent une normalité de distribution au cœur de la définition du construit. De structure unifactorielle, cette échelle maintient une stabilité test-retest de .68 à .80 dans des circonstances apparemment constantes.

La validité de construit est vérifiée de façon hypothético-déductive en comparant des groupes contrastés sur les plans socio-économique et de la densité urbaine, sur des contrastes d'examens scolaires et de vacances, et de biopsies diagnostiques bénignes ou malignes. La validité de convergence est établie avec les échelles classiques de détresse dépressive ou anxieuse; et celle de divergence par les scores factoriels distincts de ces mesures. La validité concomitante avec la compétence immunitaire est démontrée dans un double devis avant-après de stress scolaire et de vacances avec les immunoglobulines salivaires IgA-S. Le pouvoir discriminant de la MSP est aussi vérifié parmi un échantillon clinique de patients souffrant de schizophrénie et de dépression majeure. Finalement, le pouvoir prédictif de la MSP sur huit mois, eu égard à des indicateurs de santé physique chez des travailleuses en garderie, est significatif.

Tant sa sensibilité (responsiveness) que sa normalité confèrent à la MSP une grande puissance sur le plan statistique, d'où une grande utilité dans les devis de recherche. Pour les protocoles de suivi longitudinal, avec mesures répétées, deux versions parallèles de 25 items ont été élaborées à partir de la version longue originale, chacune démontrant un a de Cronbach de .92 et .93.

Plus récemment, pour des enquêtes générales de santé et bien-être au travail comportant une batterie de questionnaires, une version abrégée de neuf items a été mise au point afin de répondre à des besoins de recherche ou d'application variées (**Tableau 1**). Ainsi, la MSP-9 est utilisée chez Hydro-Québec et Renault (France) et dans la Fonction publique, et dans des centres hospitaliers, des services communautaires et des cabinets privés. Traduite en anglais, japonais, espagnol, portugais, italien, elle se prête aux comparaisons internationales. Elle affiche les mêmes qualités psychométriques de fidélité, validité et consistance interne (.89) et maintient la même valeur heuristique statistique: normalité de distribution et sensibilité.

Le stress psychologique est une composante importante de la santé et les instruments de mesure habituellement disponibles sont inadéquats pour l'étude de populations «normales». Nous croyons donc fermement que la MSP est un outil de mesure essentiel pour les chercheurs en médecine familiale.

Dr Lemyre *est affiliée à l'École de psychologie, Faculté des sciences sociales, et à l'Institut de recherche sur la santé des populations, Université d'Ottawa.* **Dr Tessier** *est affilié à l'École de psychologie, Faculté des sciences sociales, ainsi qu'au Centre de recherche du CHUQ, Pavillon Saint-François d'Assise, Université Laval.*

Référence

1. Lemyre L, Tessier R, Fillion L. La Mesure du stress psychologique: manuel d'utilisation. Québec, Qué: Behaviora; 1990.

Tableau 1. La Mesure du stress psychologique MSP-9

Cochez le chiffre qui indique le mieux le degré auquel chaque affirmation s'est appliquée à vous récemment, c'est-à-dire dans les 4 à 5 derniers jours.

	PAS DU TOUT	PAS VRAI-MENT	TRÈS PEU	UN PEU	QUEL-QUE PEU	PAS MAL	BEAU-COUP	ÉNOR-MÉ-MENT
	1	2	3	4	5	6	7	8
Je suis détendu(e)								
Je me sens débordé(e); j'ai l'impression de manquer de temps								
J'ai des douleurs physiques: maux de dos, maux de tête, mal à la nuque, maux de ventre								
Je me sens préoccupé(e), tourmenté(e) ou anxieux (anxieuse)								
Je ne sais plus où j'en suis, je n'ai pas les idées claires, je manque d'attention et de concentration								
Je me sens plein(e) d'énergie, en forme								
Je sens peser un grand poids sur mes épaules								
Je contrôle mal mes réactions, mes émotions, mes humeurs, mes gestes								
Je suis stressé(e).								

Lemyre et Tessier, 1988, 2002.

QUESTIONNAIRE ABRÉGÉ DE BECK (BDI)

• *Mode de passation* : il s'agit d'une échelle d'autoévaluation. Il est demandé au sujet de remplir le questionnaire en entourant le numéro qui correspond à la proposition choisie. Il peut entourer, dans une série, plusieurs numéros si plusieurs propositions conviennent (59).

• *Cotation* : chaque item est constitué de 4 phrases correspondant à 4 degrés d'intensité croissante d'un symptôme : de 0 à 3. Dans le dépouillement, il faut tenir compte de la cote la plus forte choisie pour une même série. La note globale est obtenue en additionnant les scores des 13 items. L'étendue de l'échelle va de 0 à 39. Plus la note est élevée plus le sujet est déprimé (59).

• *Intérêt-Limites* : […] il permet d'alerter le clinicien qui utilise les différents seuils de gravité retenus par Beck et Beamesderfer :

– 0-4 : pas de dépression ;

– 4-7 : dépression légère ;

– 8-15 : dépression modérée ;

– 16 et plus : dépression sévère.

Cependant son pouvoir de discrimination de l'intensité de la dépression est discuté

La présentation de ce questionnaire a été extraite de l'ouvrage de JD Guelfi

---

QESTIONNAIRE ABRÉGÉ DE BECK

Traduction française : P. Pichot

Nom : ..... Prénom : ..... Date : .....

Sexe : ..... Âge : .....

Instructions :

Ce questionnaire comporte plusieurs séries de quatre propositions. Pour chaque série, lisez les

quatre propositions, puis choisissez celle qui décrit le mieux votre état actuel.

Entourez le numéro qui correspond à la proposition choisie. Si, dans une série, plusieurs propositions vous paraissent convenir, entourez les numéros correspondants.

A	Je ne me sens pas triste. Je me sens cafardeux ou triste. Je me sens tout le temps cafardeux ou triste, et je n'arrive pas en sortir. Je suis si triste et si malheureux, que je ne peux pas le supporter.	0 1 2 3
B	Je ne suis pas particulièrement découragé, ni pessimiste au sujet de l'avenir. J'ai un sentiment de découragement au sujet de l'avenir. Pour mon avenir, je n'ai aucun motif d'espérer. Je sens qu'il n'y a aucun espoir pour mon avenir, et que la situation ne peut s'améliorer.	0 1 2 3
C	Je n'ai aucun sentiment d'échec de ma vie. J'ai l'impression que j'ai échoué dans ma vie plus que la plupart des gens. Quand je regarde ma vie passée, tout ce que j'y découvre n'est qu'échecs. J'ai un sentiment d'échec complet dans toute ma vie personnelle (dans mes relations avec mes parents, mon mari, ma femme mes enfants)	0 1 2 3
D	Je ne me sens pas particulièrement insatisfait. Je ne sais pas profiter agréablement des circonstances. Je ne tire plus aucune satisfaction de quoi que ce soit. Je suis mécontent de tout.	0 1 2 3
E	e ne me sens pas coupable. Je me sens mauvais ou indigne une bonne partie du temps. Je me sens coupable. Je me juge très mauvais, et j'ai l'impression que je ne vaux rien.	0 1 2 3
F	Je ne suis pas déçu par moi-même.	0

	Je suis déçu par moi-même. Je me dégoûte moi-même. Je me hais.	1 2 3
G	Je ne pense pas à me faire du mal. Je pense que la mort me libèrerait. J’ai des plans précis pour me suicider. Si je le pouvais, je me tuerais.	0 1 2 3
H	Je n’ai pas perdu l’intérêt pour les autres gens. Maintenant je m’intéresse moins aux autres gens qu’autrefois. J’ai perdu tout l’intérêt que je portais aux gens et j’ai peu de sentiments pour eux. J’ai perdu tout l’intérêt pour les autres, et ils m’indiffèrent totalement.	0 1 2 3
I	Je suis capable de me décider aussi facilement que de coutume. J’essaie de ne pas avoir à prendre de décision. J’ai de grandes difficultés à prendre des décisions. Je ne suis plus capable de prendre la moindre décision.	0 1 2 3
J	Je n’ai pas le sentiment d’être plus laid qu’avant. J’ai peur de paraître vieux ou disgracieux. J’ai l’impression qu’il y a un changement permanent dans mon apparence physique, qui me fait paraître disgracieux. J’ai l’impression d’être laid et repoussant.	0 1 2 3
K	Je travaille aussi facilement qu’auparavant. Il me faut faire un effort supplémentaire pour commencer à faire quelque chose. Il faut que je fasse un très grand effort pour faire quoi que ce soit. Je suis incapable de faire le moindre travail.	0 1 2 3
L	Je ne suis pas plus fatigué que d’habitude.	0

	Je suis fatigué plus facilement que d’habitude. Faire quoi que ce soit me fatigue. Je suis incapable de faire le moindre travail.	1 2 3
M	Mon appétit est toujours aussi bon. Mon appétit n’est pas aussi bon que d’habitude. Mon appétit est beaucoup moins bon maintenant. Je n’ai plus du tout d’appétit.	0 1 2 3

Date du jour : _ _ / _ _/ _ _ **Nom du Médecin du travail :** _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ **SAISIE** ☐

EVREST

Nom JF ☐ **Prénom** ☐ **Sexe (M/F)** | _ | **Date naissance** | _ | _ | | _ | _ | | _ | _ | _ | _ |

Département naissance | _ | _ | **PCS** | _ | _ | _ | | _ | **Entreprise** | _ | _ | _ | _ | _ | _ | **Code NAF** | _ | _ | _ | | _ |

Nombre de salariés | _ | _ | _ | _ | **Service/atelier….** (facultatif) | _ | _ | _ | **Salarié** | _ | _ | _ | _ | _ | _ | _ | _ | _ |

Conditions de travail

1. Depuis 1 an, avez-vous changé de travail ? **Oui**$_1$ ☐ **Non**$_0$ ☐
Si oui, était-ce pour raison médicale ? **Oui**$_1$ ☐ **Non**$_0$ ☐

2. Travaillez vous à temps plein ? **Oui**$_1$ ☐ **Non**$_0$ ☐

3. Habituellement, travaillez-vous en journée normale **Oui**$_1$ ☐ **Non**$_0$ ☐
Avez-vous régulièrement: - Des coupures de plus de 2 heures : Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐
- Des horaires décalés (tôt le matin, tard le soir) Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐
- Des horaires irréguliers ou alternés Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐
- Du travail de nuit (entre 0h et 5h) Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐

Faîtes-vous régulièrement des déplacements professionnels de plus de 24h ? **Oui**$_1$ ☐ **Non**$_0$ ☐

4. Contrainte de temps :

a) En raison de la charge de travail, vous arrive-t-il de :

	Jamais$_0$	Rarement$_1$	Assez souvent$_2$	Très souvent$_3$
- Dépasser vos horaires normaux	☐	☐	☐	☐
- Sauter ou écourter un repas, ne pas prendre de pause	☐	☐	☐	☐
- Traiter trop vite une opération qui demanderait davantage de soin	☐	☐	☐	☐

b) Pouvez-vous coter les difficultés liées à la pression temporelle (cadences, délais, cumul des tâches, variabilité,…)

Pas difficile | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Très difficile (Entourer un chiffre)

c) Devez-vous fréquemment abandonner une tâche que vous êtes en train de faire pour une autre non prévue ? Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐

Si oui, diriez-vous que cette interruption d'activité : - perturbe votre travail Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐
- est sans conséquence pour votre travail Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐
- est un aspect positif de votre travail Oui$_1$ ☐ Non$_0$ ☐

5. Appréciations sur le travail

- Diriez-vous que votre travail présente les caractéristiques suivantes ?

	Non pas du tout$_0$	Plutôt Non$_1$	Plutôt oui$_2$	0ui tout à fait$_3$
- Il vous permet d'apprendre des choses	☐	☐	☐	☐
- Il est varié	☐	☐	☐	☐
- Vous pouvez choisir vous même la façon de procéder	☐	☐	☐	☐
- Vous avez des possibilités suffisantes d'entraide, de coopération	☐	☐	☐	☐
- Avez-vous le sentiment que dans l'ensemble, votre travail est reconnu par votre entourage professionnel ?	☐	☐	☐	☐
- Pour faire un travail de bonne qualité, vous disposez :				
- de formation et d'informations suffisantes	☐	☐	☐	☐
- d'objectifs et de consignes clairement définis	☐	☐	☐	☐

6. Charge physique du poste de travail Votre poste de travail présente-t-il les caractéristiques suivantes ?

	Non jamais$_0$	**Oui** parfois$_1$	**Oui** souvent$_2$	**Si oui, est-ce difficile ou pénible ?**		
Postures contraignantes	☐	☐	☐	**Si OUI→**	Oui$_1$ ☐	Non$_0$ ☐
Effort, Port de charges lourdes	☐	☐	☐	**Si OUI→**	Oui$_1$ ☐	Non$_0$ ☐
Gestes répétitifs	☐	☐	☐	**Si OUI→**	Oui$_1$ ☐	Non$_0$ ☐
Importants déplacements à pied	☐	☐	☐	**Si OUI→**	Oui$_1$ ☐	Non$_0$ ☐
Station debout prolongée	☐	☐	☐	**Si OUI**	Oui$_1$ ☐	Non$_0$ ☐

7. Etes-vous exposé à :

	Oui$_1$	Non$_0$		Oui$_1$	Non$_0$		Oui$_1$	Non$_0$		Oui$_1$	Non$_0$
Produits chimiques	☐	☐	Gêne sonore	☐	☐	Chaleur intense	☐	☐	Agent biologique	☐	☐
Poussières, fumées	☐	☐	Bruit > 80db	☐	☐	Froid intense	☐	☐	Contact avec le public (usagers,		
Rx ionisants	☐	☐	Contrainte visuelle	☐	☐	Intempéries	☐	☐	patients, clients, élèves….)	☐	☐
Vibrations	☐	☐	Conduite routière prolongée	☐	☐	Pression psychologique	☐	☐			

Formation

1. Depuis 1 an, avez-vous eu une formation ? **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

Si oui, était-ce une formation en rapport avec votre travail actuel : **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

un futur poste : **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

une formation d'intérêt général **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

2. Depuis 1 an, avez-vous eu un rôle de formateur, de tuteur ? **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

Mode de vie

1. Faites-vous de façon régulière (au moins 1 fois/semaine) une activité sportive : **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

2. Consommation usuelle :

Tabac (nbre de cig/jour) Non fumeur $_0$ ☐ Ancien fumeur$_1$ ☐ Moins de 5 cig $_2$ ☐ 5 à 15 cig $_3$ ☐ > 15 cig $_4$ ☐

Café (nbre de tasses/jour) Pas de café $_0$ ☐ 1 à 4 tasses$_1$ ☐ Plus de 4 tasses $_2$ ☐

3. Avez-vous des trajets domicile/travail longs ou pénibles ? **Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

État de santé (à remplir avec le médecin)

Dernière visite systématique (ou embauche) il y a : | _ | année(s) (0 si salarié jamais vu par les services de santé au travail)

Poids : _ _ _ kg Taille :_ _ _cm

		Existence de plaintes ou de signes cliniques	Est-ce une gêne dans le travail ?	Consommation de médicaments	Pathologie diagnostiquée
	Cardio respiratoire				
RAS ☐	- appareil respiratoire	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	- appareil cardio-vasculaire	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	- HTA	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
	Neuro-psychique				
RAS ☐	-fatigue, lassitude	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	- anxiété, nervosité, irritabilité	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	- troubles du sommeil	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS☐	**Digestif**	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
	Ostéo-articulaire -membres supérieurs				
RAS ☐	*épaule*	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	*coude*	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	*poignet*	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	-membres inférieurs	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	-vertèbres cervicales	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	-vertèbres dorso-lombaires	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	**Dermato**	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐
RAS ☐	**ORL** troubles de l'audition	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐	**Oui$_1$** ☐ **Non$_0$** ☐

C E S - D
Echelle CES – D

0 : jamais, très rarement (moins de 1 jour)
1 : occasionnellement (1 à 2 jours)
2 : assez souvent (3 à 4 jours)
3 : fréquemment ; tout le temps (5 à 7 jours)

Durant la semaine écoulée : (mettez une réponse pour chaque item)

J'ai été contrarié(e) par des choses qui d'habitude ne me dérangent pas
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Je n'ai pas eu envie de manger, j'ai manqué d'appétit
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai eu l'impression que je ne pouvais pas sortir du cafard, même avec l'aide de ma famille et de mes amis
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai eu le sentiment d'être aussi bien que les autres
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai eu du mal à ma concentrer sur ce que je faisais
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Je me suis senti(e) déprimé(e)
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai eu l'impression que toute action me demandait un effort
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai été confiant(e) en l'avenir
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai pensé que ma vie était un échec
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Je me suis senti(e) craintif(ve)
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Mon sommeil n'a pas été bon
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai été heureux(se)
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai parlé moins que d'habitude
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Je me suis senti(e) seul(e)
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Les autres ont été hostiles envers moi
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai profité de la vie
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai eu des crises de larmes
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Je me suis senti(e) triste
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai eu l'impression que les gens ne m'aimaient pas
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

J'ai manqué d'entrain
□ jamais, très rarement □ occasionnellement □ assez souvent □ fréquemment ; tout le temps

Calcul des scores du CES – D

Un score total est calculé en additionnant les cotations ? Celles-ci sont comprises entre 0 et 3, la cotation la plus élevée correspondant à la présence d'une symptomatologie sévère. Les cotations des items positifs sont inversées :

Item 3 : j'ai eu le sentiment d'être aussi bien que les autres

Item 8 : j'ai été confiant dans l'avenir

Item 12 : j'ai été heureux

Item 16 : j'ai profité de la vie

Selon Fuhrer et Rouillon, une valeur seuil de 17 chez les hommes et 23 chez les femmes permet de différencier les sujets déprimés. Dans l'étude de validation de la version française, la sensibilité est de 0.76 et la spécificité de 0.71 pour ces valeurs.

INDICATEUR DE SANTE PERCEPTUELLE DE NOTTINGHAM

La liste ci-dessous évoque quelques problèmes souvent rencontrés par beaucoup de personnes dans la vie quotidienne. Lisez attentivement cette liste et cochez la « OUI » ou « NON ».
Veuillez répondre à **toutes** les questions même si elles vous paraissent surprenantes.

Si vous hésitez, cochez ce qui correspond le mieux à votre état **aujourd'hui.**

	Cochez vous-même	
	OUI	NON
1 - Je me sens tout le temps fatigué	☐	☐
2 - J'ai des douleurs la nuit	☐	☐
3 - Je suis de plus en plus découragé	☐	☐
4 - J'ai des douleurs insupportables	☐	☐
5 - Je prends des médicaments pour dormir	☐	☐
6 - Je me rends compte que plus rien ne me fait plaisir	☐	☐
7 - Je me sens nerveux, tendu	☐	☐
8 - J'ai des douleurs quand je change de position	☐	☐
9 - Je me sens seul	☐	☐
10 - Pour marcher, je suis limité à l'intérieur (de mon domicile, du bâtiment)	☐	☐
11 - J'ai des difficultés à ma pencher en avant (pour lacer mes chaussures, ramasser un objet)	☐	☐
12 - Tout me demande un effort	☐	☐
13 - Je me réveille très tôt le matin et j'ai du mal à me rendormir	☐	☐
14 - Je suis totalement incapable de marcher	☐	☐
15 - J'ai des difficultés à entrer en contact avec les autres	☐	☐
16 - Je trouve que les journées sont interminables	☐	☐
17 - J'ai du mal à monter ou à descendre les escaliers ou les marches	☐	☐

18 - J’ai du mal à tendre le bras (pour attraper les objets …)	☐	☐
19 - Je souffre quand je marche	☐	☐
20 - Je me mets facilement en colère ces temps-ci	☐	☐
21 - J’ai l’impression de n’avoir personne de proche à qui parler	☐	☐
22 - Je reste éveillé une grande partie de la nuit	☐	☐
23 - J’ai du mal à faire face aux évènements	☐	☐
24 - J’ai des douleurs quand je suis debout	☐	☐
25 - J’ai des difficultés à m’habiller ou à ma déshabiller	☐	☐
26 - Je me fatigue vite	☐	☐
27 - J’ai des difficultés à rester longtemps debout	☐	☐
28 - J’ai des douleurs en permanence	☐	☐
29 - Je mets beaucoup de temps à m’endormir	☐	☐
30 - J’ai l’impression d’être une charge pour les autres	☐	☐
31 - J’ai des soucis qui m’empêchent de dormir	☐	☐
32 - Je trouve que la vie ne vaut pas la peine d’être vécue	☐	☐
33 - Je dors mal la nuit	☐	☐
34 - J’ai des difficultés à m’entendre avec les autres	☐	☐
35 - J’ai besoin d’aide pour marcher dehors (une canne, quelqu’un pour me soutenir ...)	☐	☐
36 - J’ai des douleurs en montant ou en descendant les escaliers ou les marches	☐	☐
37 - Je me réveille déprimé le matin	☐	☐
38 - Je souffre quand je suis assis	☐	☐

VEUILLEZ VERIFIER QUE VOUS AVEZ REPONDU A TOUTES LES QUESTIONS

MERCI DE VOTRE PARTICIPATION

Calcul des scores du NHP

Calcul des scores

Dans le calcul des scores par dimension une pondération de chaque item est introduite, le total des indices de pondération étant égal à 100 dans chaque dimension.

Dans les modalités de calcul données ici, le « n » renvoie au numéro de la question dans le NHP. Pour les calculs ci-dessous, les réponses oui sont codées 1, les réponses non codées 0.

Dimension mobilité :

Score = (n14* 19.28) + (n10* 13.82) + (n35* 13.78) + (n25* 12.02) + (n27* 11.46) + (n17* 11.46) + (n11* 9.69) + (n18* 8.51)

Dimension douleur :

Score = (n28* 18.14) + (n04* 17.66) + (n02* 12.73) + (n19* 11.40) + (n36* 10.44) + (n24* 10.36) + (n08* 9.69) + (n38* 9.58)

Dimension tonus :

Score = (n01* 38.98) + (n12* 34.48) + (n26* 26.54)

Dimension sommeil :

Score = (n05* 26.33) + (n22* 22.86) + (n33* 20.36) + (n29* 16.50) + (n13* 13.95)

Dimension isolement social :

Score = (n30* 24.59) + (n09* 20.43) + (n21* 20.03) + (n15* 18.59) + (n34* 16.36)

Dimension réactions émotionnelles :

Score = (n32* 15.47) + (n06* 13.24) + (n23* 12.42) + (n03* 12.13) + (n37* 10.83) + (n31* 10.55) + (n16* 8.91) + (n07* 8.87) + (n20* 7.58)

Utilisation selon des valeurs qualitatives :

On considère qu'il y a une atteinte de la santé perçu dans une dimension lorsque au moins un item de chaque dimension est positif.

Note : La présence de valeurs manquantes dans le questionnaire va biaiser (sous-estimation) la mesure de la santé ...

ANNEXE. — VERSION FRANÇAISE DU QUESTIONNAIRE LIPT

Pour toute utilisation de ce questionnaire, merci de citer cet article en référence : I. Niedhammer, S. David, S. Degioanni et 143 médecins du travail. La version française du questionnaire de Leymann sur la violence psychologique au travail : le « Leymann Inventory of Psychological Terror » (LIPT). Rev Epidemiol Sante Publique 2006; 54: 245-62.

Avez-vous été confronté(e) au travail à l'une des situations suivantes au cours des 12 derniers mois ? Merci de cocher la ou les cases qui correspondent à votre situation.

1. Par rapport à vos relations de travail

☐ 1 Votre supérieur hiérarchique vous refuse la possibilité de vous exprimer

☐ 2 Vous êtes constamment interrompu(e) lorsque vous vous exprimez

☐ 3 D'autres personnes vous empêchent de vous exprimer

On exerce sur vous une pression de diverses manières :

☐ 4 On crie après vous, on vous injurie à haute voix

☐ 5 Critique permanente à propos de votre travail

☐ 6 Critique permanente à propos de votre vie privée

☐ 7 Harcèlement téléphonique

☐ 8 Menaces verbales

☐ 9 Menaces écrites

On vous refuse le contact de diverses manières :

☐ 10 Regards ou gestes méprisants

☐ 11 On ignore votre présence en s'adressant exclusivement à d'autres

2. On vous isole systématiquement

☐ 12 On ne vous adresse pas la parole

☐ 13 On ne veut pas être abordé par vous

☐ 14 On vous a mis à un poste de travail qui vous isole des autres

☐ 15 On interdit à vos collègues de vous parler

☐ 16 On fait comme si vous n'existiez pas

☐ 17 On s'adresse à vous seulement par écrit

3. Vos tâches professionnelles sont modifiées, comme punition

☐ 18 On ne vous confie aucune tâche, vous n'avez pas de travail

☐ 19 On vous confie des tâches sans intérêt

☐ 20 On vous confie des tâches très inférieures à vos compétences

☐ 21 On vous donne sans cesse de nouvelles tâches

☐ 22 On vous confie des tâches humiliantes

☐ 23 On vous confie des tâches très supérieures à vos compétences

4. Attaques sur votre personne

☐ 24 On dit du mal de vous dans votre dos

☐ 25 On propage des rumeurs fausses sur vous

☐ 26 On vous ridiculise devant les autres

☐ 27 On vous soupçonne d'être psychiquement malade

☐ 28 On veut vous contraindre à un examen psychiatrique

☐ 29 On se moque d'un handicap que vous avez

☐ 30 On imite votre allure, votre voix et vos gestes, afin de vous ridiculiser

☐ 31 On attaque vos opinions politiques ou religieuses

☐ 32 On attaque ou on se moque de vos origines

☐ 33 Vous êtes obligé(e) de mener des travaux qui blessent votre conscience

☐ 34 On juge votre travail de façon injuste et blessante

☐ 35 On met vos décisions en question

☐ 36 On vous injurie dans des termes obscènes ou dégradants

☐ 37 On vous fait verbalement des allusions ou propositions sexuelles

5. Violence et menaces de violence

☐ 38 On vous oblige à faire des tâches qui nuisent à votre santé

☐ 39 Malgré votre mauvaise santé, vous êtes obligé(e) de faire un travail nuisible à votre santé

☐ 40 On vous menace de violences corporelles

☐ 41 On utilise des violences légères contre vous à titre d'avertissement

☐ 42 Vous êtes physiquement maltraité(e)

☐ 43 Quelqu'un vous occasionne des frais afin de vous nuire

☐ 44 Quelqu'un occasionne des dégâts à votre domicile ou sur votre lieu de travail

☐ 45 On en vient à des agressions sexuelles envers vous

6. Autres événements ou situations que vous souhaiteriez citer :

……
……
……
……
……

(Suite en p. 262)

Si vous n'avez été confronté(e) à <u>aucune</u> des situations précédentes (question 1 à 6 de la page précédente) au cours des 12 derniers mois, merci de passer directement aux <u>questions 13 et 14 de cette page</u>

7. À quelle fréquence avez-vous été confronté(e) à une ou plusieurs de ces situations (question 1 à 6) <u>au cours des 12 derniers mois ?</u>

☐ 1 Tous les jours

☐ 2 Presque tous les jours

☐ 3 Au moins 1 fois par semaine

☐ 4 Au moins 1 fois par mois

☐ 5 Rarement

8. Pendant combien de temps avez-vous été confronté(e) à ces situations ? |__|__| années |__|__| mois

9. Êtes-vous encore aujourd'hui confronté(e) à ces situations ?

☐ 1 Oui, confronté(e) encore aujourd'hui

☐ 2 Non, confronté(e) antérieurement dans le même emploi

☐ 3 Non, confronté(e) antérieurement dans un emploi précédent

10. Qui dans cette période s'est mis contre vous ?

☐ 1 Collègue(s)

☐ 2 Supérieur(s) hiérarchique(s) ou personne(s) ayant une position hiérarchique supérieure à la votre

☐ 3 Subordonné(s)

Sexe de cette (ces) personne(s)

☐ 1 Homme(s)

☐ 2 Femme(s)

☐ 3 Aussi bien des hommes que des femmes

11. Combien de personnes se sont mises contre vous durant cette période ? |__|__| personnes

12. Avez-vous une (des) personne(s) vers qui vous avez pu vous tourner pour parler de ces problèmes ?

Oui

☐ 1 Collègue

☐ 2 Supérieur

☐ 3 Responsable du personnel/des ressources humaines

☐ 4 Représentant du personnel, militant syndical

☐ 5 Inspection du travail, prud'hommes, avocat

☐ 6 Médecin du travail

☐ 7 Autre médecin

☐ 8 Assistante sociale, infirmière

☐ 9 Amis ou connaissances en dehors de l'entreprise

☐ 10 Membres de la famille, parents

Non

☐ 11 Non, je n'ai personne vers qui j'ai pu me tourner, mais je l'aurais souhaité

☐ 12 Non, je n'ai personne vers qui j'ai pu me tourner, je n'en avais pas besoin

13. La violence psychologique au travail peut se définir par une situation où une personne est sujette à des comportements hostiles de la part d'une ou plusieurs personnes de son environnement de travail, qui visent de manière continue et répétée à la blesser, à l'oppresser, à la maltraiter, ou encore à l'exclure ou à l'isoler, pendant une longue période de temps.
En utilisant cette définition, considérez-vous que vous avez fait l'objet de violence psychologique au travail <u>au cours des 12 derniers mois</u> ?

☐ 1 Oui ☐ 2 Non

Si oui, à quoi attribuez-vous ces comportements hostiles envers vous ?

☐ 1 à une mauvaise ambiance générale au travail

☐ 2 à une mauvaise organisation du travail

☐ 3 à des problèmes de management, d'encadrement

☐ 4 à des problèmes de compétition entre les gens

☐ 5 à l'envie, la jalousie

☐ 6 à un conflit ou un différend non résolu au travail

☐ 7 parce que l'on veut me faire partir de l'entreprise

☐ 8 parce que je suis différent(e) des autres, à cause de mon âge, sexe, nationalité, ou handicap…

☐ 9 ne sait pas

14. En utilisant également la définition précédente (question 13), pensez-vous avoir été témoin de violence psychologique envers une autre personne sur votre lieu de travail <u>au cours des 12 derniers mois</u> ?

☐ 1 Oui ☐ 2 Non

La rédaction du certificat d'inaptitude

1) l'INAPTITUDE « TEMPORAIRE »

Il s'agit en fait d'un salarié qui vient en consultation à sa demande ou à l'occasion d'un examen de reprise le plus souvent, pour lequel le médecin du travail estime que son état de santé ne lui permet pas de poursuivre le travail, ou qu'il ne doit pas le reprendre. Il s'agit bien d'une incapacité totale de travail diagnostiquée à ce stade, justifiant d'un retrait temporaire du milieu de travail, quel qu'il soit, et non d'une situation où l'état de santé demeurerait provisoirement compatible avec un éventuel autre poste.

En d'autres termes, il s'agit, en l'espèce, pour le médecin du travail de proposer au salarié une période de repos hors travail, une mesure conservatoire visant à « faire le point », à rompre avec une situation analysée comme pathogène et, le cas échéant, à débuter ou poursuivre un traitement dans de meilleures conditions.

Dans la majorité de ces cas, il est préférable de s'abstenir de rédiger une fiche d'aptitude.

Il convient d'adresser un courrier au médecin traitant l'informant de la situation et lui demandant la prescription d'un arrêt de travail pour son patient afin que celui-ci puisse bénéficier d'une suspension de son contrat de travail ouvrant droit à indemnités.

Dans certains cas, le médecin du travail doit rédiger une fiche :

- parce qu'il souhaite signifier à l'employeur qu'il est à l'origine de la prescription de l'arrêt, en attirant de la sorte son attention « du côté du travail » versus d'éventuels problèmes de vie privée ;
- parce que le salarié manifeste le désir de « tenir » alors qu'il en est à l'évidence incapable, sauf à courir de sérieux risques pour sa santé ;
- parce que le chef d'entreprise le lui demande au motif qu'il s'agit d'une prescription réglementaire prévue à l'article D 4624-47 du code du travail : « A l'issue de chacun des examens médicaux prévus aux articles R 4624-10 et suivants, le médecin du travail établit une fiche d'aptitude en double exemplaire ».

Dans ces cas, une fiche indiquant :

« M / Mme ..... doit être temporairement retiré(e) du milieu de travail et consulter son médecin traitant. A revoir lors de la reprise du travail »

paraît préférable à la formulation « inapte temporaire » dont l'ambiguïté a été maintes fois soulignée*.

* Exceptionnellement, un employeur a pu exiger que le médecin du travail se prononce en terme d'aptitude et a contesté auprès de l'inspecteur du travail une formulation qui ne l'incluait pas expressément. Le médecin du travail se prononçant sur l'aptitude au poste et s'agissant ici, comme on l'a vu, d'une incapacité totale de travail ou d'une incapacité temporaire totale, il a été proposé d'ajouter à la formule précitée les termes « l'aptitude étant impossible à déterminer... ».

2) L'INAPTITUDE DEFINITIVE

Dans certains cas, seule la rupture définitive du contrat de travail paraît permettre de sortir d'une situation enkystée, une fois le diagnostic médical posé et le pronostic clairement établi de ce que la reconstruction de la santé mentale de la ou du salarié passe par la rupture de tout lien avec l'entreprise. Les médecins du travail savent qu'il existe de véritables phobies d'enseignes, la moindre évocation du nom ou du logo de l'entreprise générant des réactions critiques.

Dans ces cas, notamment s'il s'agit de microstructures de quelques salariés, voire moins, la procédure d'inaptitude en un seul examen semble la plus adéquate, par exemple :

« M. / Mme ..... est définitivement inapte à son poste de ..... ainsi qu'à tous les postes existants dans l'établissement.
Compte tenu de ce que son maintien à ce poste entraîne un danger immédiat pour sa santé, il ne sera pas procédé au deuxième examen prévu à l'article D 4624-31 du code du travail.
L'origine de l'inaptitude, l'organisation du travail et la structure de l'établissement (ou de l'entreprise) ne permettent pas de proposer des mesures individuelles de mutation ou de transformations de poste ».

Cette dernière phrase formalise l'impossibilité dans laquelle se trouve le médecin d'effectuer des propositions de reclassement. Elle ne dispense cependant pas le chef d'entreprise de procéder à la recherche ou à la création de postes éventuellement compatibles avec l'état de santé de l'intéressé(e) au sein de l'établissement d'origine comme dans d'autres établissements.

Si l'on adopte la procédure en deux examens (plus fréquente dans les moyennes et grandes entreprises), on pourrait formuler, lors du premier examen :

« L'inaptitude définitive de M. / Mme ..... à son poste est à prévoir.
L'origine de l'inaptitude et l'organisation du travail ne permettent pas de proposer des mesures individuelles de mutation ou de transformations de poste dans le service / l'établissement .
Le cas échéant, une mutation dans un autre service / autre établissement de l'entreprise peut être étudiée ».

Et, lors du deuxième examen :

« M. / Mme ..... est définitivement inapte à son poste de ..... ainsi qu'à tous les postes existant dans le service / l'établissement.
L'origine de l'inaptitude et l'organisation du travail ne permettent pas de proposer des mesures individuelles de mutation ou de transformations de poste dans ce cadre ».
Le cas échéant, une mutation dans un autre service / établissement de l'entreprise peut être étudiée, mais paraît peu recommandée ».

MODELE DE CERTIFICAT MÉDICAL PROPOSÉ

En violet et italique = facultatif ou à compléter

Je soussigné(e), *nom prénom*, médecin du travail, certifie avoir examiné le *date du jour de l'examen, nom prénom, date de naissance du salarié,* salarié(e) de *nom de l'entreprise ou de l'établissement* que je suis dans le cadre de la médecine du travail depuis le *date du premier examen.*

Selon ses dires, ce(tte) salarié(e) est en arrêt maladie pour *diagnostic* depuis *date*, consécutivement à

[évènements objectifs = changement de poste ou d'affectation, prise de fonction de - nouveau responsable, nouveau collègue non désignés nommément... - modifications dans l'encadrement, l'organisation du travail, modifications de la charge de travail, restructurations de l'entreprise, de son service, ...]

et /ou

[Situation ressentie = difficultés relationnelles, propos jugés désobligeants, certains faits / rumeurs / appréciations / notations /….].

Il (elle) me dit présenter ou avoir présenté…

et /ou

J'ai constaté lors de mon / mes examens du (des)

liste des symptômes.

Ces troubles de santé *qui m'ont été confirmés par son médecin traitant* ont nécessité un suivi médical *spécialisé* et la mise en place d'un traitement par *thérapeutiques mises en place (psychotropes, psychothérapie…).*

Actuellement,

[état clinique – éléments thérapeutiques et pronostiques, notamment au regard du travail].

Certificat établi le *date de rédaction (qui peut être différente de la date de l'examen)* à la demande de
l'intéressé(e) et remis en mains propres pour faire valoir ce que de droit.

Signature

EXEMPLE DE COURRIER A ADRESSER AU MEDECIN TRAITANT

MEDECIN DU TRAVAIL à MEDECIN TRAITANT

Cher(e) confrère(consoeur),

En tant que médecin du travail en charge de l'entreprise X (mentionner la branche d'activité), je suis votre patient(e), M / Mme ..... depuis (nombre de mois - années).

Il / elle me dit présenter depuis (nombre de semaines, mois) un état de souffrance mentale liée à son activité professionnelle (la décrire en quelques mots - contenu du travail, positionnement hiérarchique, principales contraintes .... -).

M. / Mme… me signale

DOLÉANCES
SIGNES FONTIONNELS

et j'ai moi-même pu constater

OBSERVATIONS CLINIQUES

Avec son accord, et afin d'étayer son dossier, d'appréhender globalement ses difficultés pour tenter d'intervenir au mieux auprès de son entreprise, il m'importerait de connaître votre avis éclairé en tant que médecin traitant (antécédents, avis spécialisé éventuellement demandé, traitement mis en place, tout autre renseignement qui vous paraîtrait utile ...).

Vous remerciant de votre compréhension dans l'intérêt de votre patient, je vous prie d'agréer, mon cher confrère (consoeur) mes salutations les meilleures

Docteur
Médecin du travail

COURRIER A L'EMPLOYEUR
RISQUES PSYCHO SOCIAUX

SENSIBILISATION GENERALE

Monsieur,

Comme vous le savez, le rôle du médecin du travail, exclusivement préventif, consiste à « éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail » (art.L 4622-3 du code du travail).

Par « santé » des salariés, il convient d'entendre et de prendre en compte non seulement leur santé physique, mais aussi, désormais, leur santé mentale. En effet, la loi de « modernisation sociale » n° 2002-73 du 17 janvier 2002 (articles 169, 170, 173) confère à l'employeur de nouvelles responsabilités en matière de prévention de ces « risques psychosociaux » (stress, conduites addictives, conflits interpersonnels, incivilités, souffrance mentale, voire « harcèlement moral »...).

Je souhaite donc, par ce courrier, vous informer de ces « nouveaux » risques et vous y sensibiliser pour que vous puissiez les inclure dans le cadre général du «document unique» d'évaluation des risques, notamment organisationnels, que vous devez établir pour votre entreprise conformément aux articles R 4121-1 et suivants du code du travail.

Ce courrier est à annexer à la fiche d'entreprise que j'ai établie pour votre entreprise (établissement) et que je vous ai communiquée conformément à l'article D 4624-37 du code du travail.

Je me tiens à votre disposition pour toutes informations complémentaires et, dans un deuxième temps, pour toute aide éventuelle dans ces domaines.

Ce modèle de courrier concerne le cas d'un salarié nominativement désigné.
Les passages en couleur sont facultatifs et / ou à adapter.

Monsieur,

Je souhaite par ce courrier établi à sa demande, attirer votre attention sur la situation de santé au travail de M. ..... que je suis dans le cadre de la médecine du travail depuis le....., [date du premier examen].

Ce salarié présente des troubles de santé et/ou est (ou a été) en arrêt maladie depuis (ou du.... au .....) consécutivement, selon ses dires, à

[évènements objectifs = changement de poste ou d'affectation, prise de fonction de - nouveau responsable, nouveau collègue non désignés nommément... - modifications dans l'encadrement, l'organisation du travail, modifications de la charge de travail, restructurations de l'entreprise, de son service, ...]

et /ou

[Situation ressentie = difficultés relationnelles, propos jugés désobligeants, certains faits / rumeurs / appréciations / notations /….].

Ces troubles de santé, qui m'ont été confirmés par son médecin traitant, ont nécessité un suivi médical et la mise en place d'un traitement.

Actuellement, ce salarié souhaite reprendre son travail
poursuivre son activité professionnelle.

dans des conditions lui permettant de préserver sa santé physique et mentale.

En tant que chef d'entreprise, vos responsabilités et votre « obligation de sécurité de résultats » contractuelle en matière de protection de la santé (physique et mentale) des salariés que vous employez sont établies par la jurisprudence constante.

Je vous invite par conséquent à prendre toutes dispositions visant à évaluer la situation de travail de M…… et à y apporter les éventuelles corrections nécessaires à sa poursuite au sein de votre établissement dans des conditions de préservation de son état de santé.
Je me tiens naturellement à votre disposition pour toutes informations complémentaires ainsi que pour toute aide ou conseils à ce niveau.

Double au salarié

COURRIER A L'EMPLOYEUR
RISQUES PSYCHOSOCIAUX

SIGNALEMENT COLLECTIF ALERTE 1

(texte en couleur = facultatif)

Monsieur,

Comme vous le savez, le rôle du médecin du travail, exclusivement préventif, consiste à « éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail » (art.L 4622-3 du code du travail).

Par « santé » des salariés, il convient d'entendre et de prendre en compte non seulement leur santé physique, mais aussi, désormais, leur santé mentale. En effet, la loi de « modernisation sociale » n° 2002-73 du 17 janvier 2002 (articles 169, 170, 173) donne à l'employeur de nouvelles responsabilités en matière de prévention de ces « risques psychosociaux » (stress, conduites addictives, conflits interpersonnels, incivilités, souffrance mentale, voire « harcèlement moral »...).

La Cour de Cassation, quant à elle, confère désormais à l'employeur une « obligation de sécurité de résultats » de nature contractuelle en matière de protection de la santé - physique et mentale - des salariés qu'il emploie. Le manquement à cette obligation pourrait avoir le caractère d'une « faute inexcusable » au sens de l'article L. 452-1 du code de la sécurité sociale.

Mes constats cliniques et autres données concordantes me permettent de penser qu'il y a lieu d'améliorer la prise en compte des risques précités dans votre entreprise (établissement) et de vous interroger avec votre encadrement notamment sur l'organisation du travail qui les génère, afin de les réduire (art. L 4121-1 et suivants, R 4121-1 et suivants du code du travail).

En tant que médecin du travail, je faillirai à ma mission si je ne vous alertais à ce niveau.

Ce courrier est à annexer à la fiche d'entreprise que j'ai établie pour votre entreprise(établissement) et que je vous ai communiquée conformément à l'article D 4624-37 du code du travail.

Je me tiens naturellement à votre disposition pour toutes informations complémentaires et, dans un deuxième temps, pour toute aide ou conseils éventuels dans ces domaines.

COURRIER A L'EMPLOYEUR
RISQUES PSYCHOSOCIAUX

SIGNALEMENT COLLECTIF ALERTE 2 (situation détériorée)

(texte en couleur = facultatif)

Monsieur,

En tant que spécialiste en santé au travail, je vous confirme être très préoccupé par la prévention des risques psychosociaux au sein de votre entreprise (établissement).

Comme je vous en ai déjà informé (cf. mon courrier du.....), mes observations cliniques au cours des entretiens individuels et autres éléments concordants m'ont incité à vous alerter.

En effet, selon les données dont je dispose, sur un effectif moyen de.....salariés pour l'année.....

Données chiffrées selon indicateurs recommandés.

Les conséquences de ces données en terme de santé peuvent être parfois graves et souvent imprévisibles.

Je me permets de vous rappeler vos responsabilités en matière d'évaluation et de prévention de ces risques psychosociaux et votre « obligation de sécurité de résultats » contractuelle (selon la Cour de Cassation) quant à la protection de la santé physique et mentale des salariés que vous employez.

Ce courrier est à annexer à la fiche d'entreprise que j'ai établie pour votre entreprise (établissement) et que je vous ai communiquée conformément à l'article D 4624-37 du code du travail.

Je me tiens naturellement à votre disposition pour toutes informations complémentaires ainsi que pour toute aide ou conseils éventuels dans ces domaines.

Information :
M. l'inspecteur du travail
M. le médecin inspecteur régional du travail et de la main d'oeuvre

LISTE DE FORMATIONS

Nous avons indiqué ci-dessous quelques exemples de formations dans le domaine des risques psychosociaux (RPS) à destination des médecins du travail et autres préventeurs:

TITRE	organisme	LIEU	DUREE	CONTACT
GESTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX (DU)	Université de BOURGOGNE SUFCOB - Service Universitaire de Formation Continue de Bourgogne Maison de l'Université BP 27877 21078 DIJON CEDEX Tél : 03 80 39 51 80 Fax : 03 80 39 51 85 www.u-bourgogne.fr	DIJON	110 h en 5 fois 3 jours	SUFCOB Maison de l'Université BP 27877 21078 DIJON CEDEX fcontinu@u-bourgogne.fr Contacts : Henri-Jacques SMOLICK henri-jacques.smolik@u-bourgogne.fr Hélène PRETET Tél. : 03 80 39 51 98 Fax : 03 80 39 51 85 helene.pretet@u-bourgogne.fr

CHARGE DE TRAVAIL : UN EQUILIBRE ENTRE CONDITIONS DE TRAVAIL ET PERFORMANCE	ANACT – Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de Travail 4, quai des Etroits 69321 LYON Cedex 05 Tél : 04 72 56 13 13 Fax : 04 78 37 96 90 www.anact.fr	LYON	2 jours	Nicole CORTES-TETZLAFF, Chargée de l'administration : Tél. 04 72 56 13 71 n.cortes-tetzlaff@anact.fr Liliane LAMENT, Responsable formation : Tél. 04 72 56 13 73 l.lament@anact.fr
STRESS ET RISQUES PSYCHOSOCIAUX : ÉLABORER UNE DÉMARCHE DE PRÉVENTION CENTRÉE SUR L'ORGANISATION DU TRAVAIL	ANACT – Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de Travail 4, quai des Etroits 69321 LYON Cedex 05 Tél : 04 72 56 13 13 Fax : 04 78 37 96 90 www.anact.fr	LYON	2 fois 2 jours	Nicole CORTES-TETZLAFF, Chargée de l'administration : Tél. 04 72 56 13 71 n.cortes-tetzlaff@anact.fr Liliane LAMENT, Responsable formation : Tél. 04 72 56 13 73 l.lament@anact.fr
REALISER UN DIAGNOSTIC EN ENTREPRISE	ANACT – Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de Travail 4, quai des Etroits 69321 LYON Cedex 05 Tél : 04 72 56 13 13 Fax : 04 78 37 96 90 www.anact.fr	LYON	2 jours	Nicole CORTES-TETZLAFF, Chargée de l'administration : Tél. 04 72 56 13 71 n.cortes-tetzlaff@anact.fr Liliane LAMENT, Responsable formation : Tél. 04 72 56 13 73 l.lament@anact.fr
PSYCHODYNAMIQUE ET PSYCHOPATHOLOGIE DU TRAVAIL	CNAM - Conservatoire national des arts et métiers Formation continue du Pôle Travail et société, case 202 2, rue Conté 75141 PARIS Cedex 03 Tél : 01 40 27 25 63 Fax : 01 40 27 24 08	PARIS	3 fois 2 jours	CNAM Formation continue et alternance 2, rue Conté - 75003 Paris Accès 31 - 1er étage - Bureau 61 contact administratif : Aboubakar KONE Tél. 01 58 80 86 02 Fax 01 40 27 24 08

	www.cnam.fr			aboubakar.kone@cnam.fr
OUTILS DE PSYCHOLOGIE ET TECHNIQUES D'ÉCOUTE	COMUNDI 2 rue Maurice Hartmann 92130 ISSY-LES-MOULINEAUX Cedex Tél. 01 46 29 23 79 Fax 01 46 29 68 29 www.comundi.fr	PARIS	2 jours	Tél. 01 46 29 23 79 Fax 01 46 29 68 29 infocomundi@reedbusiness.fr
PREVENIR LA SOUFFRANCE PSYCHIQUE AU TRAVAIL	COMUNDI 2 rue Maurice Hartmann 92130 - ISSY-LES-MOULINEAUX Tél. 01 46 29 23 79 Fax 01 46 29 68 29 www.comundi.fr	PARIS	3 jours	Tél. 01 46 29 23 79 Fax 01 46 29 68 29 infocomundi@reedbusiness.fr
APPREHENDER LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX EN PLURIDISCIPLINARITE	INRS –Institut National de la Recherche et de a Sécurité Département Formation 30, rue Olivier-Noyer 75680 Paris Cedex 14 Tél. : 01 40 44 30 11 Fax : 01 40 44 14 19 www.inrs.fr	PARIS	4 jours	Secrétariat, renseignements, inscriptions : Christine Hartmann INRS Département Formation, 30, rue Olivier-Noyer 75680 Paris Cedex 14 Tél. : 01 40 44 30 11 Fax : 01 40 44 14 19 christine.hartmann@inrs.fr Code A700 à reporter sur le bulletin d'inscription
PREVENIR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX	INRS –Institut National de la Recherche et de a Sécurité Département Formation 30, rue Olivier-Noyer 75680 Paris Cedex 14 Tél. : 01 40 44 30 11 Fax : 01 40 44 14 19 www.inrs.fr	PARIS	3,5 jours	Secrétariat, renseignements, inscriptions : Christine Hartmann INRS Département Formation, 30, rue Olivier-Noyer 75680 Paris Cedex 14 Tél. : 01 40 44 30 11 Fax : 01 40 44 14 19 christine.hartmann@inrs.fr Code B043 à reporter sur le bulletin d'inscription

HARCELEMENT MORAL ET TRAUMATISMES PSYCHIQUES DANS LE MONDE DU TRAVAIL	ULP Université Louis Pasteur Département d'Education Permanente 21, rue du Maréchal Lefebvre 67100 STRASBOURG Tél.: 03 90 24 49 20 Fax: 03 90 24 49 29 www.depulp.com	STRASBOURG	2 jours	Renseignements et inscription : Véronique KIEFFER Tél. : 03 90 24 49 23 Sauf le vendredi Fax : 03 90 24 49 29 v.kieffer@depulp.com
LE STRESS AU TRAVAIL	ULP Université Louis Pasteur Département d'Education Permanente 21, rue du Maréchal Lefebvre 67100 STRASBOURG Tél.: 03 90 24 49 20 Fax: 03 90 24 49 29 www.depulp.com	STRASBOURG	3 jours	Renseignements et inscriptions : Nathalie MEYER tél. : 0390244928 sauf les après-midi du mercredi et du vendredi fax : 0390244929 n.meyer@depulp.com
PSYCHOLOGIE DE L'HOMME AU TRAVAIL (DU)	ULP Université Louis Pasteur Faculté de Psychologie et des sciences de l'éducation 12 rue Goethe 67000 STRASBOURG Tél. 03 90 24 18 95 Fax 03 90 24 19 02 www.depulp.com	STRASBOURG	3 fois 1 semaine	Contacts : Caroline BERST Tél : 0390244921 c.berst@depulp.com Dominique SCHLAEFLI Tél. : 0390244932 d.schlaefli@depulp.com
RISQUE PSYCHOSOCIAL **:** COMPRENDRE ET INTERVENIR SUR LES FACTEURS DE RISQUES EN MILIEU DE TRAVAIL	ASSOCIATION DE SANTE AU TRAVAIL INTERSERVICES 26 rue Boudeville 31100 TOULOUSE Tel : 05 34 63 84 31 Fax 05 34 63 84 30 www.ast-i.org	TOULOUSE	4 jours	secrétariat : asti@ast-i.org Tel : 05 34 63 84 31 Fax 05 34 63 84 30

OUTILS DE SENSIBILISATION
JOURNEE DE SENSIBILISATION

Sensibilisation aux risques psychosociaux (information)	CCI de Grenoble	1 journée	Tél. : 04.76.28.26.34
Stress, harcèlement, burn-out : comment aborder les risques psychosociaux (information)	Calypso IPRP Lyon	1 journée	Tél. : 04.76.21.64.22

ANNUAIRE

Face aux problèmes psychosociaux, le médecin du travail peut rencontrer différents interlocuteurs, orienter les personnes en difficulté vers des structures appropriées.

SOMMAIRE :

1. INTERLOCUTEURS INTERNES, AU SEIN DES ENTREPRISES 2
2. INTERLOCUTEURS EXTERIEURS EN BOURGOGNE 2
   1.2 INSTITUT DE MEDECINE DU TRAVAIL ET D'ERGONOMIE DE BOURGOGNE FRANCHE-COMTE 2
   2.2. MEDECINS INSPECTEURS DU TRAVAIL 2
   2.3. CRAM DE BOURGOGNE FRANCHE COMTE 3
   2.4. ETABLISSEMENTS PUBLICS HOSPITALIERS ET CENTRES MEDICAUX 4
      2.4.1. COTE D'OR 5
      2.4.2. NIEVRE 7
      2.4.3. SAONE ET LOIRE 9
      2.4.4. YONNE 11
   2.5. INSPECTEURS – CONTROLEURS DU TRAVAIL 12
      2.5.1. COTE D'OR 12
      2.5.2. NIEVRE 12
      2.5.3. SAONE et LOIRE 13
      2.5.4. YONNE 13
   2.6. ANTENNE ANACT BOURGOGNE 14
   2.7. INRS 14
   2.8. OPPBTP CENTRE-EST 14
   2.9. CONSEILLERS DU SALARIE 14
   2.10. FNATH 15
   2.11. Associations de médiation et d'aide aux victimes d'infractions pénales 15
      2.11.1. COTE D'OR 15
      2.11.2. NIEVRE 16
      2.11.3. SAONE ET LOIRE 17
      2.11.4. YONNE 17
   2.12. ORDRE DES AVOCATS 18
      2.12.1. COTE D'OR 18
      2.12.2. NIEVRE 18
      2.12.3. SAONE ET LOIRE 18
      2.12.4. YONNE 18
   2.13. CONSEILS DES PRUD'HOMMES 19
      2.13.1. COTE D'OR 19
      2.13.2. NIEVRE 19
      2.13.3. SAONE ET LOIRE 19
      2.13.4. YONNE 20
   2.14. AUTRE 20

1. INTERLOCUTEURS INTERNES, AU SEIN DES ENTREPRISES

Direction, service des ressources humaines
Délégués du personnel, membres du CHSCT
Représentants syndicaux
Infirmières, assistantes sociales

2. INTERLOCUTEURS EXTERIEURS EN BOURGOGNE

1.2 INSTITUT DE MEDECINE DU TRAVAIL ET D'ERGONOMIE DE BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

Faculté de médecine
7 bd Jeanne d'Arc
BP 87900
21079 DIJON CEDEX
Tél. : 03.80.67.37.48
Fax : 03.80.36.48.93

- ✓ Pr Henri-Jacques SMOLIK, dans le cadre des formations (diplômantes ou continues) et des consultations de pathologie professionnelle, avec le Dr Didi ROY comme expert référent.

- ✓ Dr Francis CLOCHE, médecin référent de Bourgogne Ergonomie (B.E.) pour les risques psycho sociaux; il n'intervient pas en tant que consultant de pathologie professionnelle, mais sur saisine de B.E.par un confrère pour des conseils :
  Face à un cas de souffrance individuelle ou collective en entreprise
  Sur la conduite à tenir devant une plainte pour harcèlement, une agression, un suicide…
  Sur des courriers, conseils médico-juridiques
  Avant une action de prévention en entreprise (démarche diagnostique, utilisation de questionnaires en particulier le WOCCQ, mode de restitution et évaluation des résultats).

Dans les deux cas (consultation ou saisine de B.E.), il faut prendre contact par téléphone et adresser un courrier explicatif à l'Institut (cf. supra).

2.2. MEDECINS INSPECTEURS DU TRAVAIL

DRTEFP
13 avenue Albert 1er
BP 410
21011 DIJON CEDEX

- ✓ Dr Sigolène MORAND (Côte d'Or, Nièvre)
  Tél. : 03.80.76.29.26
  sigolene.morand@travail.gouv.fr

- ✓ Dr Pierre ABECASSIS (Saône et Loire, Yonne)
  Tél. : 03.80.76.99.41
  pierre.abecassis@travail.gouv.fr

2.3. CRAM DE BOURGOGNE FRANCHE COMTE

ZAE Cap Nord
38 rue de Cracovie
21044 DIJON CEDEX
Tél. : 03.80.70.50.50
Direction des risques professionnels - Service formation
Tél. : 08.21.10.21.21
jacqueline.niveau@cram-bfc.fr

La CRAM (Caisse Régionale d'Assurance Maladie) anime un réseau régional d'intervenants sur les risques psycho sociaux qualifiés en psychologie ou organisation du travail, pouvant contribuer à la mise en place d'actions ou de démarches dans le champ des risques professionnels et de la santé au travail en entreprise dont voici la liste :

- ✓ M. Alain BADIER
Association Option Psychothérapie
4 rue Guillaume Tell
21000 DIJON
Tél. : 03.80.42.83.65

- ✓ Mme Caroline DAVID
26 rue Notre Dame
21240 TALANT
Tél. : 03.80.57.58.76

- ✓ M. Elie HUMBEY
Groupe ICEO : SARL Château
Rue Chassagne
21110 FAUVERNEY
Tél. : 03.80.79.1032

- ✓ M. Patrice LACROIX
AFPI Nord Franche Comté
Rue du Mont
25400 EXINCOURT
Tél. : 03.81.32.67.30

- ✓ Mme Pascale PONSE
PPC
5 rue Joseph Bellesoeur
21121 FONTAINE LES DIJON
Tél. : 03.80.56.23.26 Portable : 06.10.01.45.94

- ✓ Mme Claude MAGUET
4 impasse Meursault
21000 DIJON
Tél. : 03.80.45.50.58

✓ Mme Anne VUILLAUME
14 rue Nodot
21000 DIJON
Tél. : 06.83.58.49.80

✓ Mme Catherine VEDOVATI
55 rue Daubenton
21000 DIJON
Tél. : 03.80.48.63.30

✓ Mme Josseline MARTIN
FORCOM
6 rue des Fassoles
21240 TALANT
Tél. : 03.80.55.56.14 Portable : 06.62.68.61.43

✓ Mme Sonia CONTAMINE
PSYRATES
1 Place Grangier
21000 DIJON
Tél. / Fax : 03.80.30.55.49 Portable : 06.10.76.00.16

Les IPRP (Intervenants en Prévention des Risques Professionnels) sont des personnes physiques ou morales dont les compétences techniques, organisationnelles ou médicales leur permettent de participer à la prévention des risques professionnels et à l'amélioration des conditions de travail dans le cadre de la PLURIDISCIPLINARITE à laquelle les services de santé doivent faire appel.
Afin de s'assurer de leur qualité, la loi de modernisation sociale du 17-01-2002 (article L 241-2 du code du travail) a assigné à des structures expertes (CRAM, OPPBTP, ARACT) le rôle de leur délivrer une habilitation technique, organisationnelle ou médicale par un collège inter régional, en l'occurrence le collège n°3, compétent pour les régions Nord Pas de Calais – Picardie – Champagne Ardennes – Lorraine Alsace – Bourgogne Franche Comté.
La liste des IPRP peut être consultée sur le site www.cram-nordpicardie.fr.

2.4. ETABLISSEMENTS PUBLICS HOSPITALIERS ET CENTRES MEDICAUX

Rattachées aux établissements publics hospitaliers, sont organisées deux types de structures particulières :

✓ **Les CUMP (Cellules d'Urgences Médico-Psychologiques)**

Il s'agit d'un dispositif de prise en charge psychologique précoce des blessés psychiques dans des situations d'urgence collective.
Faire le 15 dans tous les départements.

✓ **Les CMP (Centres Médico-Psychologiques)**

Les CMP sont composés d'une équipe pluridisciplinaire et proposent des consultations et des soins. Ils sont rattachés à un Centre Hospitalier Spécialisé (CHS) en psychiatrie et fonctionnent comme un hôpital de jour (HDJ) et/ou une consultation hospitalière d'hygiène mentale.
Ils peuvent être associés à un CATTP (Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel). Un CATTP propose aux patients des actions de soutien et de thérapeutique de groupe visant à leur maintenir, ou favoriser, une existence autonome.

2.4.1. COTE D'OR

2.4.1.1 Etablissements publics de psychiatrie

✓ CHU Hôpital Général
3 rue du Faubourg Raines
21033 DIJON
Tél. : 03.80.29.30.31 Fax : 03.80.29.34.21
Consultations de psychiatrie : Tél. : 03.80.29.37.69
Psychologues : Tél. : 03.80.29.31.92

✓ CHS La Chartreuse
BP 1514
1 bd du Chanoine Kir
21033 DIJON
Tél. : 03.80.42.48.48

✓ CH de Semur-en-Auxois
3 avenue Pasteur
21140 SEMUR EN AUXOIS
Tél. : 03.80.89.64.01

2.4.1.2 CMP

✓ CMP CATTP HDJ Château Prost
Rue du Château
21130 AUXONNE
Tél. : 03.80.31.46.46

✓ CMP CATTP Madeleine
60 faubourg Madeleine
21200 BEAUNE
Tél. : 03.80.25.94.15

✓ CMP HDJ Parc Des Grands Cru
60 avenue du 14 juillet
21300 CHENOVE
Tél. : 03.80.58.77.16

✓ CATTP Bachelard

2 Allée de Beauce
21000 Dijon
Tél. : 03.80.43.81.82

✓ CMP CATTP HDJ Les Côteaux du Suzon
8-10 avenue de la Concorde
21000 DIJON
Tél. : 03.80.78.00.44

✓ CATTP HDJ Villa des Perrières
37 bd de l'Ouest
21000 DIJON
Tél. : 03.80.45.15.23

✓ HDJ Beauce en Vergy
30 avenue Maréchal Lyautey
21000 DIJON
Tél. : 03.80.78.96.90

✓ CMP CATTP Carnot
9 bd Carnot
21000 DIJON
Tél. : 03.80.68.23.71

✓ HDJ Château
30 avenue Général de Gaulle
21110 Genlis
Tél. : 03.80.47.97.70

✓ CMP CATTP HDJ du Longvyot
2bis route de Dijon
21600 LONGVIC
Tél. : 03.80.66.73.65

✓ CMP Quetigny
4 rue de Quetignerot
21800 QUETIGNY
Tél. : 03.80.71.01.42

✓ CMP
3 avenue Pasteur
21140 SEMUR EN AUXOIS
Tél. : 03.80.89.64.81

✓ CMP CATTP HDJ Lamartine
2 impasse Lamartine
21250 SEURRE
Tél. : 03.80.20.30.03

2.4.2. NIEVRE

2.4.2.1 Etablissements publics de psychiatrie

✓ CENTRE HOSPITALIER de La Charité sur Loire
51 rue des Hôtelleries
BP 137
58405 LA CHARITE SUR LOIRE
Tél. : 03.86.69.40.40

2.4.2.2 CMP

✓ CATTP Châtillon en Bazois
10 rue St Goar
58110 CHATILLON EN BAZOIS
Tél. : 03.86.84.09.20

✓ CMP CATTP Clamecy
14 route de Beaugy
58500 CLAMECY
Tél. : 03.86.27.61.41

✓ CMP CATTP Corbigny
38 Place St Louis
58800 CORBIGNY
Tél. : 03.86.20.29.09

✓ HDJ Corbigny
38 Place St Louis
58800 CORBIGNY
Tél. : 03.86.20.29.08

✓ CMP CATTP Cosne
3 rue Alphonse BAUDIN
58200 COSNE SUR LOIRE
Tél. : 03.86.28.32.71

✓ HDJ Cosne
87 ter, rue Jean Jaurès
58200 COSNE SUR LOIRE
Tél. : 03.86.26.83.38

✓ CMP CATTP Decize
5 rue des Halles
Apt 1 et 2
58300 DECIZE
Tél. : 03.86.25.41.41

✓ HDJ Decize
7 rue des Pêcheurs
58300 DECIZE
Tél. : 03.86.77.10.58

✓ CATTP Guérigny
4 Square des Abbés
HLM Les Champs Moineaux – Bat A Apt 1
58130 GUERIGNY
Tél. : 03.86.90.09.50

✓ CATTP Imphy
Avenue Jean Jaurès
Cité HLM Bat B - Apt 86
58160 IMPHY
Tél. : 03.86.90.18.50

✓ CATTP La Charité
26 rue Edmond Bouy
Apt 31
58400 LA CHARITE SUR LOIRE
Tél. : 03.86.69.68.25

✓ HDJ La Charité
Rue du Collège
58400 LA CHARITE SUR LOIRE
Tél. : 03.86.70.36.00

✓ CMP Nevers
12 rue Vauban
58000 NEVERS
Tél. : 03.86.71.80.30

✓ CMP Antenne des Montots
16 rue Gilbert Troufflot
58000 Nevers
Tél. : 03.86.36.55.34

✓ CATTP Nevers
20 rue Georges Guynemer
Apt 45
58000 NEVERS
Tél. : 03.86.59.45.82

✓ HDJ Nevers
2 Place de la République
58000 NEVERS
Tél. :03.86.36.33.58

✓ CATTP Saint-Pierre-le-Moutier
HLM Les Allières n° 13
58240 SAINT PIERRE LE MOUTIER
Tél. : 03.86.90.99.45

✓ CMP CATTP Varzy
17 boulevard d'Auxerre
58210 VARZY
Tél. : 03.86.29.73.77

2.4.3. SAONE ET LOIRE

2.4.3.1 Etablissements publics de psychiatrie

✓ CH William Morey
7 Quai de l'Hôpital
BP 120
71321 Chalon-sur-Saône Cédex
Tél. : 03.85.44.66.88
Accueil Psychiatrie au SAU (Service d'Accueil des Urgences)

✓ CH de Macon
Boulevard Louis Escande
71018 Macon cedex
Tél. : 03.85.20.30.40
Psychiatrie Tél : 03.85.27.53.54

✓ CHS de Sevrey
55, rue Auguste Champion
71331 SEVREY CEDEX
Tél. : 03.85.92.82.00

2.4.3.2 CMP

✓ CMP
27 avenue Charles de Gaulle
71400 AUTUN
Tél. : 03.85.52.43.79

✓ HDJ Gloriette
6 r Gloriette
71100 CHALON SUR SAONE
Tél. : 03.85.94.13.78

✓ CMP
15 rue Virey
71100 CHALON sur SAONE
Tél. : 03.85.94.13.35

✓ CATTP L'Escape
22 rue St Martin des Champs
71100 CHALON sur SAONE
Tél. : 03.85.46.51.41

✓ CMP
Rue Anatole France
71200 LE CREUSOT
Tél. : 03.85.80.95.54

✓ CATTP Le Temps Retrouvé
7 rue Dodanes
71500 LOUHANS
Tél. : 03.85.75.43.00

✓ CMP
Tour T1 – 1413 av. Ch. de Gaulle
71000 MACON
Tél : 03.85.27.53.49

✓ HDJ
Tour T1 – 1413 av. Ch. de Gaulle
71000 MACON
Tél. : 03.85.27.55.67

✓ CMP
2 bis avenue de Saint Exupéry
71300 MONTCEAU LES MINES
Tél. : 03.85.58.61.84

✓ CMP CATTP les Voisottes
2 rue Pr. Calmette
71210 MONTCHANIN
Tél. : 03.85.78.14.62

✓ CMS (Centre de consultations Médico-Psychologiques)
Rue Lamartine
71210 MONTCHANIN
Tél. : 03.85.78.53.74

✓ CMP
44 rue Maubards
71270 PIERRE DE BRESSE
Tél. : 03.85.76.20.09

✓ CATTP
4 rue du 8 mai Bât B
71240 SENNECEY LE GRAND
Tél. : 03.85.44.88.16

✓ CMP La Romane
2 rue Chanay
71700 TOURNUS
Tél. : 03.85.51.36.84

✓ CMP CATTP Le Fil d'Ariane
65 rue de la République
71700 TOURNUS
Tél. : 03. 85.51.33.32

2.4.4. YONNE

2.4.4.1 Etablissements publics de psychiatrie

✓ CHS
4 avenue Pierre Scherrer
BP 99
89011 AUXERRE
Tél. : 03.86.94.38.00

2.4.4.2 CMP

✓ CMP
21 rue Denfert Rochereau
89000 AUXERRE
Tél. : 03.86.72.12.45

✓ CMP
2 rue Fontaine Neuve
89200 AVALLON
Tél. : 03.86.34.86.00

✓ Consultation à la Mairie
89220 BLENEAU
Tél. : 03.86.44.80.00

✓ CMP
17 rue Chevalier d'Albizzi
89300 JOIGNY
Tél. : 03.86.92.18.95

✓ Consultation à la Mairie
89170 SAINT FARGEAU
Tél. : 03.86.44.80.00

✓ CMP
7 rue Landrecies
89600 ST FLORENTIN
Tél. : 03.86.43.76.75

✓ CMP
77 rue du Général de Gaulle
89100 SENS
Tél. : 03.86.83.78.80

✓ CMP
9 rue Fontenilles
89700 TONNERRE
Tél. : 03.86.54.80.70

✓ CMP
3 rue Capureau
89130 TOUCY
Tél. : 03.86.44.80.00

2.5. INSPECTEURS – CONTROLEURS DU TRAVAIL

2.5.1. COTE D'OR

✓ Direction départementale du travail, de l'emploi et de la formation professionnelle (DDTEFP)
BP 1502
11 rue de l'hôpital
21035 DIJON CEDEX
Tél. : 03.80.44.30.70

✓ Inspection du travail des transports
29 rue de l'Arquebuse
21000 DIJON
Tél. : 03.80.45.01.86

✓ Direction Départementale de l'Agriculture et de la Forêt
6 rue Chancelier de l'Hospital
BP 1550
21035 DIJON CEDEX
Tél. : 03.80.68.30.00

2.5.2. NIEVRE

✓ DDTEFP
11 rue Pierre Emile Gaspard
58020 NEVERS CEDEX
Tél. : 03.86.60.52.52

✓ Direction Départementale de l'Agriculture et de la Forêt
24 rue Charles Roy
BP 26
58019 NEVERS CEDEX
Tél. : 03.86.71.52.00

2.5.3. SAONE et LOIRE

✓ DDTEFP
952 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny
71031 MACON CEDEX
Tél. : 03.85.32.72.00

✓ Inspections du travail (détachées) de Saône et Loire

3 rue de Virey
71100 CHALON SUR SAONE
Tél. : 03.85.90.08.25

5 rue Ferrer
71300 MONTCEAU LES MINES
Tél. : 03.85.58.06.54

✓ Inspection du travail des transports
37 bd Henri Dunant
71100 MACON
Tél. : 03.85.21.29.77

✓ Direction Départementale de l'Agriculture et de la Forêt
Cité administrative
24 bd Henri Dunant
71025 MACON CEDEX 9
Tél. : 03.85.21.86.86

2.5.4. YONNE

✓ DDTEFP
1 rue de Preuilly
89000 AUXERRE CEDEX
Tél. : 03.86.72.00.00

✓ Inspection du Travail des Transports
3 rue Monge
BP 79
89011 AUXERRE CEDEX
Tél. : 03.86.48.42.36

✓ Direction Départementale de l'Agriculture et de la Forêt
rue Jehan Pinard
BP 139
89011 AUXERRE CEDEX
Tél. : 03.86.72.55.00

2.6. ANTENNE ANACT BOURGOGNE

11 rue Mably
21000 DIJON
Tél. : 03.80.50.99.86
www.anact.fr/aract/bourgogne

L'ANACT (Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de Travail) accompagne les entreprises quelle que soit leur taille ou leur secteur d'activité dans leur gestion des ressources humaines, leur organisation, les conditions de travail des salariés.
Les intervenants apportent leurs conseils aux entreprises, peuvent orienter vers des conseils extérieurs, instruire des dossiers d'aide publique.

2.7. INRS

L'INRS (Institut National de Recherche et de Sécurité) conduit des programmes d'études et recherches pour améliorer la santé et la sécurité de l'homme au travail il propose des aides techniques et documentaires et des formations centrées sur la prévention en entreprise.

Sur le site de l'INRS se trouve la liste des experts agréés auxquels le Comité d'Hygiène et de Sécurité peut faire appel (recours à l'expertise prévu aux articles L 236, R 236-40, R 236-42 du code du travail). Les experts sont agréés par arrêté ministériel pour une durée de 3 ans renouvelable.
http://www.inrs.fr/inrs-pub/inrs01.nsf/IntranetObject-accesParReference/Pdf%20CHSCTExpert/$FILE/CHSCTExpert.pdf

Le CHSCT peut faire appel à un expert :

- ✓ en cas de risque grave révélé ou non par un Accident du Travail, une Maladie Professionnelle ou une Maladie à Caractère Professionnel constatés dans l'entreprise.
- ✓ en cas de projet important modifiant les conditions d'hygiène et de sécurité ou les conditions de travail.

2.8. OPPBTP CENTRE-EST

6 rue Saint John Perse
21000 DIJON
Tél. : 03.80.78.95.20

L'OPPBTP (Organisme Professionnel de Prévention du Bâtiment et des Travaux Publics) contribue par ses actions de conseil, de formation et d'information à la promotion de la prévention des accidents de travail et des maladies professionnelles dans cette branche professionnelle.

2.9. CONSEILLERS DU SALARIE

Dans chaque direction départementale du travail, une liste des « conseillers du salarié » est disponible. Ceux-ci peuvent assister les salariés lors des procédures de licenciement dans les entreprises dépourvues d'institutions représentatives.

2.10. FNATH

La FNATH (Fédération Nationale des Accidentés du Travail et des Handicapés) est une association des accidentés de la vie, quelque soit l'origine du handicap. Elle propose un service d'accueil, d'information d'accompagnement dans les démarches administratives, une assistance juridique.
Elle est présente dans tous les départements.

- ✓ FNATH de Côte d'Or
13-16 rue de Gray
21000 DIJON
Tél. : 03.80.65.43.16

- ✓ FNATH de la Nièvre
14 rue Georges Guynemer
58000 NEVERS
Tél. : 03.86.61.22.43

- ✓ FNATH de Saône et Loire
25 quai Général de Gaulle
BP 23
71301 MONTCEAU LES MINES CEDEX
Tél. : 03.85.57.04.02

- ✓ FNATH de l'Yonne
7 rue Max Quantin
89000 AUXERRE
Tél. : 03.86.51.38.65

2.11. Associations de médiation et d'aide aux victimes d'infractions pénales

Objectifs : accueillir et informer les victimes et leurs proches sur leurs droits, les accompagner gratuitement dans leurs démarches, apporter un soutien psychologique à tous les stades de la procédure pénale.

2.11.1. COTE D'OR

ADAVIP 21
Association Départementale d'Aide aux Victimes d'Infractions Pénales

- ✓ BEAUNE
Maison des Associations
19 rue Poterne
21200 BEAUNE
Tél. : 03.80.22.75.44

✓ CHENOVE

Maison de la justice et du droit
8 avenue des Clématites
21300 CHENOVE
Tél. : 03.80.51.78.30

✓ DIJON

Cité Judiciaire
13 bd Clémenceau
BP 1513
21033 DIJON CEDEX
Tél. : 03.80.70.45.81

Poste de Police des Grésilles
12 bd des Martyrs de la Résistance
21000 DIJON
Tél. : 30.80.74.69.62

Maison de la Solidarité
Centre Commercial de Fontaine d'Ouche
21000 DIJON
Tél. : 03.80.45.99.80

Poste de police de Fontaine d'Ouche
Place de la Fontaine d'Ouche
21000 DIJON
Tél. : 03.80.53.19.43

✓ QUETIGNY

Château service
22 avenue du Château
21800 QUETIGNY
Tél. : 03.80.48.41.00

✓ MONTBARD

Centre Social
3 passage Anatole France
Tél. : 03.80.92.12.06

2.11.2. NIEVRE

ANDAVI (Association Nivernaise d'Aide aux Victimes d'Infractions)

40 rue du 14 juillet
58000 NEVERS
Tél. : 03.86.36.67.83

2.11.3. SAONE ET LOIRE

AMAVIP : Association de Médiation et d'Aide aux Victimes d'Infractions Pénales
Siège social à Macon

- ✓ Centre Social Saint Jean
22 rue Naudin
71400 AUTUN
Tél. : 03.85.86.23.50

- ✓ Maison de Justice et du Droit
5, Place de l'Obélisque
71100 CHALON SUR SAONE
Tél. : 03.85.90.04.42

- ✓ Maison de justice et du droit
1550 avenue du Général de Gaulle
BP 90140
71005 MACON CEDEX
Tél. : 03.85.21.90.84

- ✓ Le Trait d'Union
7 rue de Macon
71300 MONTCEAU LES MINES
Tél. : 03.85.67.90.70

2.11.4. YONNE

ADAVIRS (Association Départementale d'Aide aux Victimes d'Infractions Pénales et de Réinsertion Sociale)

- ✓ AUXERRE
Palais de justice
Place du palais de justice
BP 39
89000 AUXERRE CEDEX
Tél. : 03.86.51.66.14

- ✓ SENS
Tél. : 03.86.95.35.98
ou adresser votre message pour avoir un conseil auprès de la Police nationale à l'adresse suivante
commissariat.sens-aidesauxvictimes@interieur.gouv.fr

2.12. ORDRE DES AVOCATS

2.12.1. COTE D'OR

✓ Ordre des avocats
Cité judiciaire
13 bd Georges Clémenceau
21000 DIJON
Tél. : 03.80.70.45.70

2.12.2. NIEVRE

✓ Ordre des avocats
Palais de Justice
BP 420
58004 NEVERS CEDEX
Tél. : 03.86.59.57.64

2.12.3. SAONE ET LOIRE

✓ Ordre des Avocats
Palais de Justice
Rue Emiland Menand
71100 CHALON SUR SAONE
Tél. : 03.85.48.18.68

✓ Ordre des Avocats
Palais de Justice
Rue de la Préfecture
71000 MACON
Tél. : 03.85.38.75.79

2.12.4. YONNE

✓ Ordre des Avocats
Palais de Justice
5 place du Palais de Justice
89000 AUXERRE
Tél. : 03.86.51.29.01

✓ Ordre des avocats
Palais de Justice
1 rue du Palais de Justice
BP 810
89108 SENS CEDEX
Tél. : 03.86.64.32.04

2.13. CONSEILS DES PRUD'HOMMES

2.13.1. COTE D'OR

✓ Cité judiciaire
13 bd Georges Clémenceau
21000 DIJON
Tél. : 03.80.70.45.45

✓ Cité judiciaire
8 rue du Collège
21202 BEAUNE
Tél. : 03.80.22.65.57

2.13.2. NIEVRE

✓ Cité judiciaire
6 rue Gambetta
BP 70
58020 NEVERS CEDEX
Tél. 03.86.71.60.04

2.13.3. SAONE ET LOIRE

✓ pl St Louis
71400 AUTUN
Tél. : 03.85.52.08.03

✓ 1 rue de Bourgogne
71100 CHALON SUR SAONE
Tél. : 03.85.97.16.97

✓ rue Chaise
71200 LE CREUSOT
Tél. : 03.85.55.29.92

✓ Palais de justice
8 rue de la Préfecture
71017 MACON CEDEX
Tél. : 03.85.39.92.49

2.13.4. YONNE

✓ Palais de justice
90 rue de Paris
BP 44
89011 AUXERRE CEDEX
Tél. : 03.86.78.07.89

✓ rue Thénard
89100 SENS
Tél. : 03.86.65.35.00

2.14. AUTRE

Ligne d'écoute des personnes confrontées à la violence (auteurs, victimes, témoins)
Service anonyme et gratuit (issu de la commission départementale sur les violences)
Tél. : 03.80.38.19.99
Lundi 8h à 10h
Mardi de 14 à 16h
Jeudi de 10h à 12h